

O Camiño do Monxe - Etapa 1

Senderismo



rutasen.com



19,55km

distancia

562m

desnivel +

1.054m

desnivel -

100%

ciclabilidad

NO

circular

780m

cota máxima

234m

cota mínima

tiempo estimado

6h15m

total

2h25m

subiendo

3h32m

bajando

clasificación terreno

sendero 4,48km - 22,9%

camino 3,88km - 19,8%

pista 6,82km - 34,9%

urbano 2,42km - 12,4%

asfalto 1,95km - 10,0%

nivel ruta

Moderada

Dificultad (max 10)

física 4

técnica 3

salida Castro Caldelas

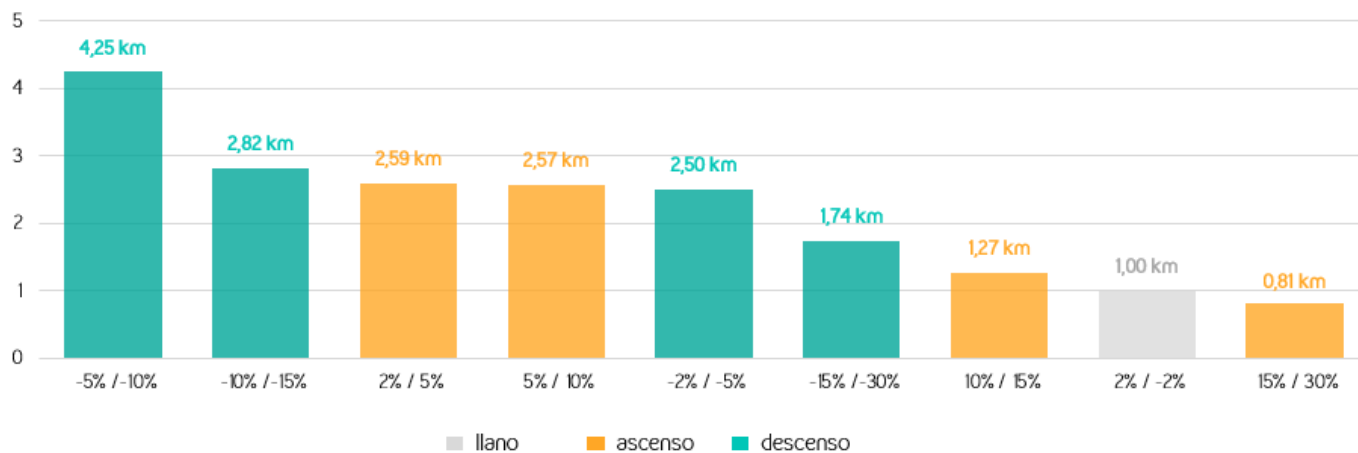
llegada A Fábrica da Luz* (Parada de Sil)

la ruta discurre por:

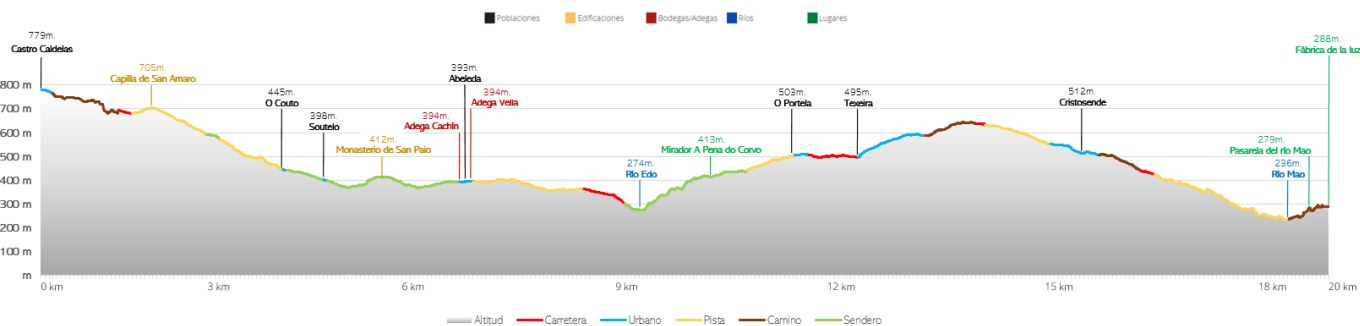
Castro Caldelas, O Couto, Soutelo, Abeleda, A Portela, Teixeira, Cristosende y A Fábrica da Luz*.

Nota* A Fábrica da Luz no es una población es un lugar o zona.

Kilómetros por tramos de desnivel



Perfil altimétrico

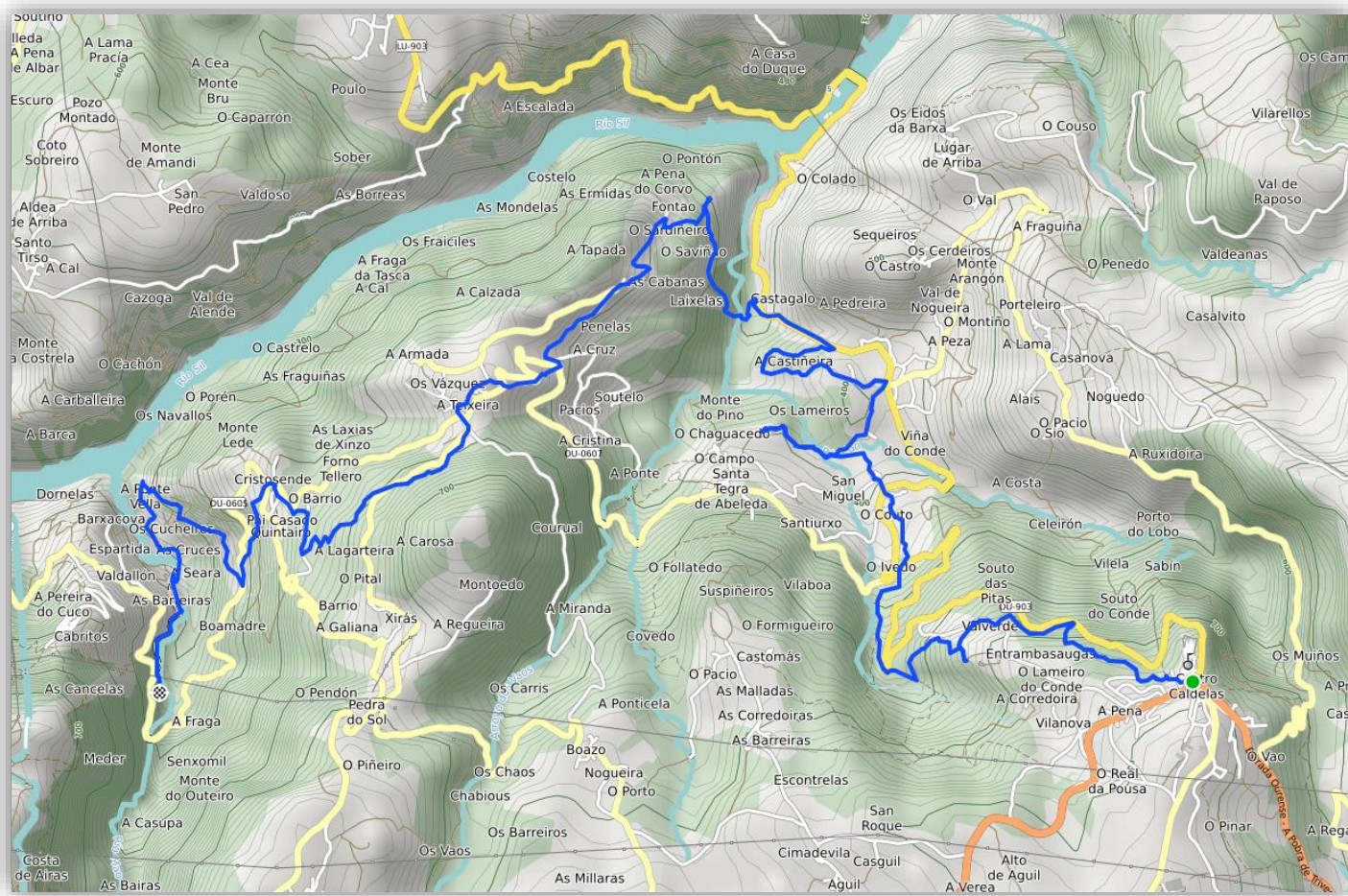


haz clic aquí y consigue tu descuento





Mapa de situación



Presentación de la ruta

Es la **primera etapa** de siete que recorrerán la **Ribeira Sacra** orensana y que nos llevarán a pasar por seis monasterios, dos castillos e innumerables iglesias y capillas que comprenden una de las zonas con más concentración de románico de **Europa**. La ruta se sitúa en **Galicia**, al norte de la provincia de **Ourense** y en el margen izquierdo del río **Sil** recorriendo el llamado **Cañón del Sil**. También pasa por la extinguida **Laguna de Antela** en tierras de **Maceda**, donde siguiendo la calzada romana que unía **Braga** con **Astorga** la llamada **"Vía Nova"** nos adentramos en tierras de Montederramo con su monasterio del cual aparece por primera vez el nombre de **Ribeira Sacra** en su documento fundacional (año 1124).

Aunque la ruta está señalizada en muchos tramos con unas marcas verdes y también comparte señalización con multitud de rutas de senderismo, el itinerario que ofrecemos es de diseño propio, y añade varios lugares fuera de circuitos conocidos.

El tiempo de la ruta es orientativo, y está realizada a un ritmo normal. Hay que contar con el tiempo que se emplee en fotos y visitas.



Iniciamos este magnífico recorrido cultural en **Castro Caldelas** con su castillo que en tiempos fue el más importante de la **Ribeira Sacra**, y hoy uno de los monumentos más visitados de **Ourense**.

Comenzamos en la plaza del pueblo donde encontramos carteles con información de varias rutas de senderismo. Nosotros empezaremos siguiendo el **PR-G 213** de **Los Bosques Mágicos** el sendero empieza adentrándose en un bosque de castaños dejando atrás **Castro Caldelas**. En algún tramo podemos ver la silueta del castillo en lo alto del pueblo.

En poco más de 30 minutos estaremos en la zona de **Valverde** donde haremos un pequeño tramo de carretera para luego seguir por camino de tierra bien señalizado. Desde aquí se tiene unas vistas espectaculares del valle de la **Abeleda** y divisar parte de la ruta que haremos.

A unos 30 metros aproximadamente nos encontramos con un cartel que indica la **Capilla de San Amaro**. Después de visitarla desandamos el camino hasta el mismo cartel para proseguir con nuestra ruta siempre en ahora en bajada. Pasamos unas casas en ruinas **Resaio**, y después de pasar por un camino estrecho salimos a una pista ancha. Seguir las marcas del **PR** para no desviarnos de la ruta. Iremos siempre hacia la derecha siguiendo los puntos verdes hasta llegar a **O Couto**.

A partir de este punto empezaremos a ver los primeros viñedos. En este punto muy cerca podemos visitar la bodega de **Ponte da Boga**, aunque nos implicará más tiempo en el recorrido.

Llegamos a Soutelo, y proseguimos nuestra aventura por un sendero estrecho hasta encontrar otro poste indicativo que pone **Muiño do Caneiro**. Siguiendo de momento el **PR**, nos acercamos hasta el **monasterio de San Paio** que solo podemos visitar por fuera ya que está en ruinas. Solo queda en pie la iglesia.

Después de la visita, regresamos de nuevo al **Muiño do Caneiro** para proseguir el camino hasta el pueblo de Abeleda. Disponemos de dos bares por si hay que retomar fuerzas.

La ruta continua por la parte izquierda del pueblo adentrándonos en una zona de viñedo en bancales o terrazas muy espectaculares que pertenecen a **Adega Cachín**.

Al otro lado del río divisamos el campanario del **monasterio de San Paio** y al final del viñedo, a la orilla de la **carretera de Castro Caldelas a Monforte de Lemos**, nos encontramos con la bodega **Adega Cachín**. Se puede visitar pidiendo cita previa.

Otra forma de atravesar el pueblo de **Abeleda** es por la carretera general y de esta forma poder acercarnos a la iglesia que tiene una portada románica. Muy próxima a este punto están las bodegas **Adega Vella** que también se pueden visitar.

A continuación, salimos a la carretera enlazando con la ruta en **Adega Cachin**). Aquí enlazamos con otro **PR-G** el **224 Sendero de A Teixeira** y continuamos por la carretera en dirección a **Monforte**. Fijándonos bien en la señalización nos desviamos a la izquierda siguiendo el sendero hasta **O Muiño do Sardiñeiro** dónde volvemos a cruzar el río **Edo**. Iniciamos una fuerte subida hasta el mirador de **A Pena do Corvo**. Este tramo es espectacular al igual que el mirador con impresionantes vistas hacia el río **Sil** y los viñedos de la orilla de la provincia de **Lugo**, concretamente la zona de **Amandi**.

También se puede ver el **Puente del Sil** y el embarcadero de las rutas por el embalse de **San Estevo**. Proseguimos nuestro itinerario pasando por una zona donde podemos ver un pozo y un lavadero que



haz clic aquí y consigue tu descuento





perteneían al desaparecido pueblo de **Santa Marta de Fontao**, expropiado a finales de los años cincuenta del pasado siglo por la construcción de la presa de **San Estevo**.

Atravesamos el pueblo de **A Portela** en dirección a la **Teixeira**. Pasamos por las ruinas de una torre defensiva que se remonta a los tiempos romanos con vinculación con la **Vía Nova**. Podemos aprovechar para comer en el pueblo. Disponemos de tres bares, **Casa Celso** bar-tienda, **O Campelo** tienen bocadillos y **O Museo do Vino** donde se puede comer menú previa reserva.

Después de recuperar fuerzas proseguimos dirección a **Cristosende**, pasando por la **Casa Grande** casa rural en **Cristosende**. De nuevo podemos disfrutar de unas muy buenas vistas al río **Sil** y también al **Cañón Del Mao** y al pueblo de **Barxacova** situado en la desembocadura del río **Mao** que es a donde nos dirigimos.

A media altura en la ladera se puede divisar el pueblo de **San Lorenzo** donde hay unas tumbas antropomórficas en el **PR-G177**. Río abajo se puede divisar una pared donde se encuentra el mirador de **Balcones de Madrid** y el pueblo de **Parada de Sil**, objetivos de la siguiente etapa. Comenzamos con una fuerte bajada entre viñedos hasta la desembocadura del río **Mao**. Nos encontramos con el cartel informativo que nos indica la dirección hacia la **Pasarela del Río Mao** para dirigirnos hacia **A Fábrica da Luz**, antigua central eléctrica hoy convertida en albergue que dispone de bar y restaurante. Es un sitio ideal para pernoctar si vamos a realizar la siguiente etapa hasta **Parada de Sil**.

Descripción kilométrica

- 0,0km.** Salimos de **Castro Caldelas** dejando atrás su castillo para adentrarnos en un bosque de castaños.
- 1,8km.** Llegamos a la zona de **Valverde**. Un poco más adelante después de un pequeño tramo por carretera llegamos a un punto con unas magníficas vistas hacia **Abeleda**.
- 2,1km.** Tomamos un pequeño desvío hacia la **Capilla de San Amaro**.
- 2,3km.** Llegamos a la **Capilla de San Amaro**.
- 2,8km.** Pasamos de largo sobre las ruinas de **Resaio**.
- 4,4km.** Llegamos a **O Couto**. Desviándonos ligeramente de la ruta (360m.) podemos visitar la bodega de **Ponte do Boga**.
- 4,7km.** Alcanzamos la población de **Soutelo**.
- 5,7km.** Nos acercamos hasta las ruinas del **monasterio de San Paio**. La Iglesia sigue en pie.
- 6,9km.** Llegamos a **Abeleda**.
- 8,5km.** Atravesamos los viñedos de la bodega **Adega Cachín** a la entrada de **Abeleda**.
- 10,4km.** Después de una fuerte subida llegamos al mirador **A Pena do Corvo**. Un tramo espectacular y unas vistas impresionantes hacia el río **Sil** y los viñedos de la orilla de la provincia de **Lugo**. Esa zona se denomina **Amandi**.
- 10,9km.** Pasamos a lado de un pozo y un lavadero, únicos restos del desaparecido pueblo de **Santa Marta de Fontao**.



haz clic aquí y consigue tu descuento





11,5km. Atravesamos el pueblo de **A Portela**.

12,8km. Nos adentramos en el núcleo urbano de **A Teixeira**.

13,0km. Llegamos hasta las ruinas de una torre defensiva de época romana con vinculación con la **Vía Nova**.

15,5km. Llegamos a **Cristosende**. Magníficas vistas al río **Sil** y también al **Cañón del río Mao** y al pueblo de **Barxacova**.

19,5km. Finalizamos nuestra ruta en **A Fábrica da Luz**, antigua central eléctrica y actualmente convertida en albergue con bar y restaurante. Final de la **etapa 1**.

Tipo de terreno

Hablar de la **Ribeira Sacra** es hacerlo de los orígenes de la península **Ibérica**, geológicamente hablando. Fue la primera tierra en emerger hace más de 300 millones de años, cuando el resto de la península seguía bajo el mar. Su magna importancia geológica y su riqueza botánica son los sellos de identidad natural de un paisaje humanizado que acaba de convertirse en la séptima reserva de la biosfera gallega.

El tipo de terreno que nos encontraremos será muy variado. Además de los inevitables enlaces por carretera y los núcleos urbanos el resto del itinerario alterna camino carretero con pista forestal y algún tramo de sendero. Ni siquiera en los tramos de sendero el terreno presenta dificultad alguna técnica siendo terrenos bien compactados.

La **Ribeira Sacra** está repleta de valles fluviales y valles glaciares que han seducido desde tiempos inmemoriales a monjes y ermitaños que han otorgado el sobrenombre de **Ribeira Sacra** a los cañones del Sil y del Miño y a sus riberas. Son paisajes muy ligados a la viticultura.

Observar al río **Sil** como lleva sus aguas hasta el río **Miño** a través de una gran garganta granítica con paredes que alcanzan en algunos puntos 500 metros de desnivel. Es algo que no se puede explicar y hay que venir a observarlo personalmente. Mas de dos docenas de miradores existen a lo largo de los 35km que longitud que tiene el cañón del **Sil**. Los más importantes **Balcones de Madrid**, **Miradores de Castro**, **A Cidade**, **Vilouxé**, **Cabezoás**, del **Duque**, geomirador de **Louxoá**, mirador da **Capela**, etc. Algunas vistas son simplemente sobrecogedoras. También recomendamos observar esta maravilla desde los cruceros fluviales.

Flora

La **Ribeira Sacra** es un territorio excepcional. Un auténtico santuario verde que cuenta con una flora singular. Las laderas donde no hay viñedos crecen los bosques de robles, castaños, alcornoques, madroños, pinos, etc.

Además, hay un gran número de plantas medicinales y aromáticas (milenrama, orégano silvestre, y multitud de bayas silvestres (moras, arándanos, escaramujo, etc.)



haz clic aquí y consigue tu descuento





No dejes de visitar el bosque de abedules de **Montederramo** en el que crecen también robles y acebos. Otra visita que merece la pena es acercarse hasta el castaño milenario de **Entreambosríos** cerca de **Parada del Sil**.

Fauna

La **Ribeira Sacra**, conocida sobre todo por sus impresionantes paisajes, por su rico patrimonio monumental y por sus excelentes vinos criados en las escarpadas riberas del **Sil** y el **Miño** fauna singular.

Es una de las zonas más interesantes de **Galicia** por la variedad y cantidad de aves que pueden verse en este espacio verde entre las provincias de **Lugo** y **Ourense**.

El espectacular **Cañón del Sil**, ha sido incluido en la iniciativa **Onde Ver Aves** en **Galicia**, promovido por la **Sociedad Galega de Ornitología** (SGO), cuyo fin es catalogar en el mapa gallego los espacios de mayor interés ornitológico. Su avifauna es de una riqueza excepcional, según aseguran los ornitólogos de la **SGO**.

La ubicación de la **Ribeira Sacra**, en una zona de transición entre dos grandes áreas climáticas, como son la eurosiberiana y la mediterránea, le confiere unas características singulares que hacen posible la convivencia de especies vegetales y animales propias de esas dos franjas climáticas. A esto hay que sumar la existencia de zonas abruptas, como los cañones del **Sil**, de difícil acceso para las personas, circunstancia positiva que permite a las aves anidar y criar a sus polluelos con tranquilidad.

El águila calzada, el halcón peregrino, la golondrina dáurica, el ánade real, garzas reales, cigüeñas e incluso los vistosos cormoranes son algunas de las especies singulares, entre otras muchas, que pueden verse por los cielos y masas boscosas de los acogedores parajes de la **Ribeira Sacra**.

Cabe destacar que en sus suelos y también entre sus árboles y el agua se pueden encontrar diversas especies, que se conocen como la cuenca del río **Sil** y por lo general su hogar, dentro de ellas se puede mencionar el desmán Ibérico, doncella de ondas, lagarto verdinegro, tritón ibérico, murciélago pequeño, el sapillo pintojo ibérico, culebra de collar, ciervo volante, murciélago de bosque, boga del Tajo, garduña, murciélago ratonero grande, salamandra común, bermejuela, capricornio de las encinas, nutria europea, rana patilarga, armiño y gato montés.

También más en el interior de la sierra moran lobos, jabalíes, zorros o corzos y algunas especies de conejos.

Recomendaciones generales

No es una ruta de alta ni media montaña, pero eso no excluye llevar cierta ropa técnica para ir cómodos, transpirable en épocas de calor y de abrigo en invierno, y en especial mención al calzado que sea especial para caminar por la montaña. Y una buena mochila para llevar dentro lo imprescindible.

Llevar varias capas es muy recomendable ya que en la **Ribeira Sacra** las diferencias de temperatura a lo largo del día oscilan mucho.

Pantalones largo y corto, dependiendo de la época y gafas de sol son imprescindibles.



haz clic aquí y consigue tu descuento





Recomendamos siempre llevar nuestra propia agua. Antes de realizar la actividad debemos informarnos sobre la previsión meteorológica. Las nieblas pueden hacer acto de presencia en la proximidad de los ríos.

En verano deberemos tener cuidado en las horas centrales del día, pues fuera de los bosques la ruta está muy expuesta al sol. Aplicarse con cierta frecuencia protectores solares y algún repelente de insectos.

Si realiza la ruta en solitario informe a alguien de sus planes y ruta concreta que va a realizar. No salirse de la ruta que le proponemos para evitar perderse y dañar especies vegetales por pisoteo.

Está prohibido recolectar frutos, ramas, hojas, plantas, piedras, ni animales. Mantener los perros bajo control.

No acampar, no hacer fuego y sobre todo tener en cuenta que **la basura no vuelve sola**.

Cómo llegar

Desde Ourense

La distancia entre ambas poblaciones es de 49km. Tomar la carretera [OU-536](#) sin dejarla hasta **Castro Caldelas** durante aproximadamente 50 min. La ruta se inicia en la Plaza Mayor.

Desde Monforte de Lemos

Tenemos una distancia de 28,7 km. Tomar la carretera [LU-903](#) hasta **Castro Caldelas**. La ruta se inicia en la Plaza Mayor.



haz clic aquí y consigue tu descuento

