TERRAS DE NATURALEZA

Acantilados Papel, Xove

El territorio del GDR Terras de Miranda cuenta con numerosos recursos naturales protegidos que hacen de este destino el lugar ideal para realizar actividades de ecoturismo. La práctica totalidad del territorio se encuentra bajo alguna figura de protección especial destacando aquellos recursos recogidos en zonas LIC (Lugares de Importancia Comunitaria), ZEPA (Zona de Especial Protección de Aves) y Reservas da Biosfera entre otras.

A través de esta oferta podrás disfrutar de la naturaleza en su estado más puro, contribuyendo a su mejora y conservación, al mismo tiempo que gozas de un tiempo de desconexión. Puedes disfrutar de estas actividades con la seguridad de que cumplen con los principios de sostenibilidad del ecoturismo.

Fraga de Vilapena, Trabada

OBSERVA LA NATURALEZA

Escanea el QR
y amplía información
sobre la ruta con
tu móvil

La vista es uno de los sentidos principales, a través de los cuales apreciamos la belleza del entorno. La naturaleza acoge un complejo mundo de posibilidades y colores, que solo los más detallistas podrán reconocer. Aquí te proponemos una serie de actividades que os permitirán conocer y observar la gran diversidad que acogen nuestras tierras. ¡Atrévete a descubrirlas!.

- Ruta de la Fraga de Vilapena (Trabada)
- Paseo Etnográfico Cabo Morás (Xove)
- Ruta de los castillos (Alfoz, Foz)
- Ruta Laguna de los Patos (Barreiros)
- Ruta del Río Xunco (Cervo)
- Ruta de la Fraga Vella (Mondoñedo)
- Georuta de los ojos (Ribadeo)
- Sendero Azul Playa de Abrela (O Vicedo)

- Souto da Retorta (Viveiro)
- Faro Punta Roncadoira (Xove)
- Fraga da Furna (O Valadouro)

NO TE PUEDES PERDER...

- Experiencias guiadas de observación de fauna y flora autóctona.
  → *O Freixo dos Lobos*
- Vuelo en parapente en la Ruta Mirador Monte Comado
  → *Actividad de práctica libre*
- Rutas guiadas a pie.
  → *Canoas do Eo*

ESCUCHA LA NATURALEZA

Escanea el QR
y amplía información
sobre la ruta con
tu móvil

El agua, recurso esencial para nuestra vida, está presente en cada rincón de la costa cantábrica lucense. Las actividades que os proponemos os acercarán a imponentes cascadas, que os envolverán en el sonido de sus aguas caudalosas, y a caminos entre ríos y molinos, donde el sonido del agua lleva el recuerdo de su papel como lugar histórico de reuniones y leyendas.

¡Agudiza el oído y concéntrate en escuchar los sonidos que ofrece la naturaleza a través del recorrido del agua en sus distintas formas!

Castro de Fazouro, Foz

- Ruta Cascada do Escouridal – Pena Abaladoira (Alfoz)
- Ruta del Río Ouro (Foz)
- Camino Natural Ruta del Cantábrico (Ribadeo, Viveiro, Foz, Burela, Cervo, O Vicedo)
- Ruta de los molinos (Xove)
- Georuta dos Arcos (Barreiros)
- Ruta Circular de Burela (Burela)
- Museo Etnográfico da Auga (Alfoz)
- Fervenzas do Río Tronceda (Mondoñedo)
- Cascada da Xestosa (Ourol)
- Fervenza de Tórez (O Valadouro)
- Área Recreativa de Santo Estevo do Ermo (Barreiros)
- Ruta Río Eo (Trabada, Ribadeo)

NO TE PUEDES PERDER...

- Telesilla en la Ruta Río Sor – Morgallón (O Vicedo)
  → *Actividad de práctica libre*
- Ruta de la Mariña Lucense desde el mar.
  → *Maremasma*
- Búsqueda de bíteres en la Ruta de las Playas de Barreiros (Barreiros).
  → *Actividad de práctica libre*

Prado das Chantas, O Valadouro

SIENTE LA NATURALEZA

Escanea el QR y amplía información sobre la ruta con tu móvil

La historia de nuestra tierra se encuentra gravada en nuestro suelo. Los yacimientos arqueológicos nos transmiten el estilo de vida la cultura pasada de nuestro territorio, muy vinculada a los oficios tradicionales artesanales. Siente con tus propias manos nuestra tradición artesanal: visita a nuestros productores o artesanos, observa, entiende y disfruta su proceso de creación, y por último, sumérgete en este espacio y da forma a tus ideas. ¡Llévate un pedazo de nuestro legado a casa!

- Georuta del Perdouro (Burela)
- Georuta del Cantiño (Burela)
- Georuta de la Marosa (Burela)
- Georuta do Monte Castelo (Burela)
- Georuta de los Pliegues (Ribadeo)
- Ruta arqueológica (Xove)
- Petroglifos las Fádegas
- Museo das Zocas
- Dolmen de San Tomé
- Prado das Chantas

NO TE PUEDES PERDER...

- Ruta por el Barrio artesanal dos Muíños (Mondoñedo)
- Talleres de cerámica
  → *Conjunto Regal Xunqueira*
  → *Ceramista Miriam Viveiro*
  → *Lucía Catuxo*
- Visita la Carpintería de Ribeira.
  → *Francisco Frá*
- Obras de títeres tradicionales
  → *Mircromina Títeres*

SABOREA LA NATURALEZA

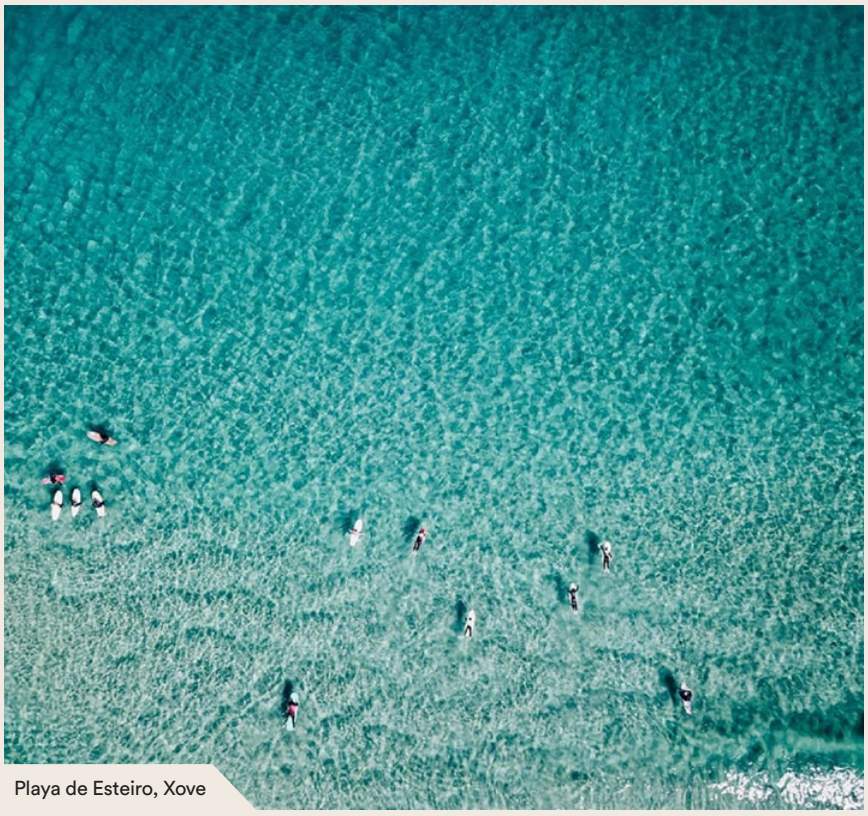
Escanea el QR
y amplía información
sobre la ruta con
tu móvil

Una de las formas más placenteras de conocer la tradición y cultura de un destino es a través de los sabores típicos de su cocina. Gracias a la convivencia de la tradición marinera con fértiles tierras, la cocina gallega cuenta con productos gastronómicos de primera clase. Os invitamos a conocer las tierras gallegas a través del gusto y el sabor, realizando el recorrido de vuestros platos desde la tierra a la mesa.

- Ruta do Val (Lourenzá)
- Ruta do Monte Roxal (Trabada)
- Ruta de la Faba (Lourenzá)
- Museo do Mel do Trobo (O Valadouro)
- Antiguas Fábricas de Salazón y Aserradero de Don Julián (Cervo)
- Coto Ribeiras del Sor (O Vicedo)
- Barco Museo Bonitero Reina del Carmen (Burela)

NO TE PUEDES PERDER...

- Degustación y experiencia culinaria de la Faba (Lourenzá).
  → *Terras da Mariña, S. Coop. Galega*
- Obradoiro de preparación de bebidas vegetales, hierbas aromáticas, jabones y cosméticos naturales
  → *O Freixo dos Lobos*



Playa de Esteiro, Xove

VIVE LA NATURALEZA

Escanea el QR y amplía información sobre la ruta con tu móvil

Sabemos que el turismo de sol y playa ya no es suficiente. En nuestra amplia variedad de playas, muchas desconocidas, puedes encontrar las condiciones ideales para practicar un sinfín de actividades acuáticas. Pero si el mar se te queda corto, también puedes conocer nuestro territorio adentrándote en paisajes rurales y naturales a través de senderos adaptados para bicicletas de montaña, cuevas e incluso en canoa por el río. ¡Pon a prueba tus habilidades!

- Ruta das Fachas (Barreiros)
- Ruta BTT A Toxiza (Mondoñedo)
- Ruta BTT Cristo do Fiouco (Mondoñedo)
- Ruta BTT Monte San Cosme (Barreiros)
- Ruta Bicicleta "O Barreiros dos nosos antergos" (Barreiros)
- Rutas BTT Xove: I Marcha Xoviética, II Marcha Xoviética, III Marcha Xoviética, Río Guilán, Xove-Rocadoiro y Palmeiro-Xove-Penedo do Galo (Xove)
- Playa de Os Castros (Ribadeo)
- Playa de Area (Viveiro)

NO TE PUEDES PERDER...

- Actividades de Surf, Kitesurf, SUP:
  - → *Esteiro Surfing Escola*
  - → *La academia del surf*
  - → *Sensación Surf*
  - → *Hola Ola Surf*
  - → *Madcoast Multiaventura*
- Actividades de Vela
  - → *Maremasma*
- Actividades de Yoga sup:
  - → *Actiboot*
- Actividades de Descensos de río y rutas:
  - → *Cientovolando*
- Actividades de Piragüismo, kayaks:
  - → *Balea Verde*
- Actividades de aventura:
  - → *Roqsport*
- Actividades en biclicletas:
  - → *Roncadoiro E-bike Experience*
- Espeleología:
  - → *Cova do Rei Cintolo*

Donde alojarse

- Finca Galea
- Araucaria House
- Valraíña
- Os Tres Teixos
- Finca Goleta
- Casa Norita
- Casa da Penela
- Finca O Bizarro
- Pazo da Trave
- Finca El Remanso*
- O Viso Ecovillage
- Casa do Forno
- Casa Parrugueiro
- Casa Quitapenas
- Oli Vita Hostel Albergue
- Apartamentos A Palleira
- Hotel Montero

Donde comer

- Hotel Rías Altas
- O Forno de Tovar
- Restaurante Nito
- Restaurante O Asador del Alba
- A Mirandilla
- O Rincón do Mis

Transporte ecológico

- Mariña Ebike S.L
- Cientovolando
- Roncadoiro E-Bike Experience

Otras actividades

- Actiboot
- La Academia del Surf
- Maremasma
- Sensación Surf
- Hola Ola Surf
- Canoas do Eo
- Roqsport
- A Balea Verde
- Esteiro Surfing Escola
- O Freixo dos Lobos
- Madcoast Multiaventura

Ecotiendas

- A Leira Ecotenda
- ArGaia Ecotenda
- Mel do Rego da Xeada
- O Trobo Mel do Valadouro

Rutas
Experiencias
Lugares destacados

Escanea el QR y amplía información sobre la ruta con tu móvil