



## **RÍAS BAIXAS** **CLUB DE MONTAÑA VALCORCHERO**

Del 17 al 20 de abril de 2025

**Salida:** jueves 17 de abril a las 00:30 de la Puerta Principal del Parque de los Pinos (Plasencia).

**Regreso:** domingo 20 de abril, al mismo lugar por la tarde.

**Tipo de Actividades:** Senderismo y Media Montaña

### **Precios:**

Socios del Club de Montaña Valcorchero: 200€

Federados con otro club: 220€

No Federados: 232€ (incluye seguro para las 3 actividades)

*Rías Baixas*

**Actividad con PREINSCRIPCIONES.** No realizar el pago hasta que se confirme la plaza.

Para participar en las actividades es necesario la **licencia A/AF** (o seguro equivalente).

El precio incluye:

- Viaje de ida y vuelta en autobús y traslados necesarios para las actividades programadas.
- Barco ida y vuelta a la Isla de Ons.
- Alojamiento de 3 noches en régimen de media pensión: pernocta, cena y desayuno.
- Regalo subvencionado por nuestro patrocinador **Plaselec-Fenienergía**.
- Buen ambiente y diversión.

El precio NO incluye:

- El desayuno del viaje de ida.
- La comida de los 4 días.

### **Alojamiento:**

**Albergue Sendasur** Rúa da Foz, 3, 36400 O Porriño, Pontevedra (<https://sendasur.top/>)

El albergue Sendasur está ubicado en el ayuntamiento de O Porriño, localidad con unos 20000 habitantes, limítrofe a la ciudad de Vigo, y en pleno camino portugués de peregrinación a Santiago de Compostela. El albergue dispone en total de 55 plazas, divididas en dos habitaciones de 16 y 36 plazas con camarotes de 4 personas. Se incluyen sábanas y edredones, y la posibilidad de alquilar toallas.

O Porriño cuenta con varios supermercados (Aldi, Lidl, Gadis) para poder realizar las compras que cada uno considere necesarias, y ¿cómo no? bares, muchos bares 😊.

Aquí tenéis un video para que no os dejéis nada por ver:

[https://www.youtube.com/watch?v=-70hK\\_7fZ90](https://www.youtube.com/watch?v=-70hK_7fZ90)



### **Desayunos y Cenas:**

**Restaurante Paso a Nivel** Rúa Progreso, 1, 36400 O Porriño (<http://www.pasoanivel.com/>)

Los desayunos y las cenas serán en este restaurante a apenas 200m del albergue.



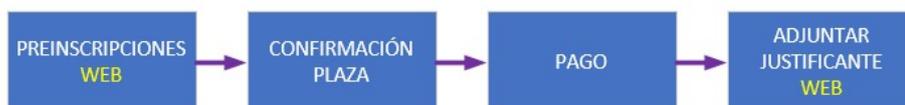
## **RÍAS BAIXAS** **CLUB DE MONTAÑA VALCORCHERO**

Del 17 al 20 de abril de 2025

### **Material Necesario:**

Calzado, ropa y material típico para practicar actividades **de senderismo y media MONTAÑA** de manera segura. Mochila, **impermeable o poncho** (¡Galicia!), chaqueta cortavientos, plumas, pantalón, guantes, gorro, polainas, botas. También bañador, toalla, manguitos y cualquier otra cosa que necesites para darte un baño en la playa, siempre que te atrevas a meter algo más que el dedo gordo del pie. Toalla para la ducha. Comida para los 4 días.

### **Inscripciones:**



08-03-2025 22:00h Apertura PREINSCRIPCIONES socios

12-03-2025 22:00h Apertura PREINSCRIPCIONES no socios

13-03-2025 23:59h Cierre PREINSCRIPCIONES

17-03-2025 Comunicación a las personas que obtienen plaza para realizar el pago.

19-03-2025 23:59h Fin de periodo para realizar el pago y fin del periodo de inscripciones.

**Mínimo número de personas para realizar la actividad: 40**

**Máximo número de personas para realizar la actividad: 55**

Las proceso de preinscripción y pago deberán realizarse a través del formulario online en la web del Club [www.clubvalcorchero.es](http://www.clubvalcorchero.es). En primer lugar deberá realizarse la preinscripción en el periodo indicado sin pagar nada, una vez se confirme la plaza habrá que adjuntar el justificante de pago en el mismo formulario. Realizar el ingreso o transferencia del importe total al **número de cuenta IBAN ES39 3001 0053 09 5310003580 de Caja Almedralejo**, especificando nombre y apellidos, DNI y el concepto "Rías Baixas 2025".

No se realizan reservas de plaza, en la preinscripción no hay que pagar nada, una vez se confirme la plaza hay que abonar el importe total de la actividad y si alguien una vez inscrito no puede asistir se le devolverá el importe total abonado (descontando los gastos por transferencias) siempre que haya otra persona que lo sustituya. Si no la hubiera, **se le descontarán aquellos gastos que no sean recuperables por el Club.**

No se realizan descuentos en el precio de la inscripción por no usar el bus o el alojamiento, total o parcialmente, es decir, para apuntarse deberá abonarse la inscripción completa.

Las plazas se asignarán por criterios objetivos según la organización. **Para que la inscripción sea válida, debe preinscribirse y realizar el pago en el plazo y medio indicado.**

Al realizar la inscripción, indicar en observaciones cualquier tipo de intolerancia alimentaria, en la medida de lo posible, se intentará tener en cuenta.

**Abstenerse aquellas personas que no tengan previsto realizar todas las actividades.**

**MAPA Y LOCALIZACIONES:**



**PROGRAMA Y ACTIVIDADES:**

**PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES ES NECESARIO ESTAR EN POSESIÓN DE LICENCIA FEDERATIVA MODALIDAD A/AF EN VIGOR O SEGURO EQUIVALENTE.**

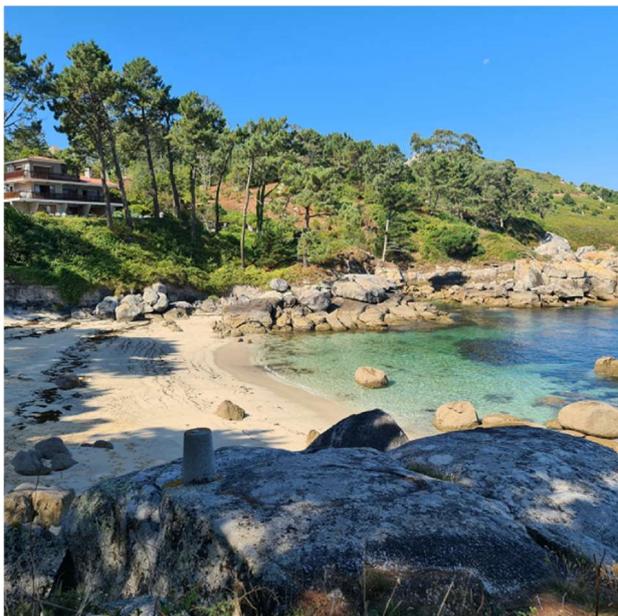
**Jueves 17 de abril: *VIAJE DE IDA + Ría de Aldán - Bueu***

00:15 Parque de los Pinos, carga del equipaje en el Autobús.  
00:30 Salida en bus con la **mochila para la actividad del día**.  
07:00 Hora estimada para la parada del desayuno (por cuenta propia).  
08:30 Comienzo de la ruta, Vilariño.  
17:00 Fin de la ruta, Vilariño.  
18:00 Llegada albergue Sendasur  
20:30 Cena

Itinerario - Nivel 1-2 (dificultad baja-media):

Vilariño – Aldán – Cabo Udra – Beluso – Bueu (17km ±400m)

La costa de Pontevedra y de Vigo nos ofrece uno de los tramos más hermosos y espectaculares de la costa gallega, con preciosos paisajes marinos, bellas playas y otros elementos destacados, representados en una ruta que recorre la parte más bella de dicha costa y que discurre sin asfalto por caminos y senderos, desde la localidad de Cangas hasta Bueu, atravesando numerosos arenales y la ZEC de Cabo Udra, incluida en la Red Natura 2000.



Iniciamos el día en la parroquia de Aldán, en el ayuntamiento de Cangas, tierra de grandes piragüistas olímpicos y sede de Club de Remo Ría de Aldán, y ya casi al instante empezamos a atravesar un mar de playas intentando pisar la arena lo máximo posible, e incluso el agua, si alguno o alguna se atreve 🤪. Por orden de aparición, atravesamos las playas de San Cibrán, Cova da Balea, AreaCova, Francón, Menduiña, Lagoelas y Area do Bon.

En este punto enlazamos con la senda costera de **Cabo Udra**, que nos llevará por los arenales de Lagos y O Anoradoiro,



donde comienza la ZEC de Cabo Udra. Este cabo es un perfecto observatorio natural donde se pueden encontrar diferentes aves marinas y disfrutar de unas vistas privilegiadas sobre la costa de **Portonovo** y **Sanxenxo**, la Isla de Ons, visible durante toda la ruta y que visitaremos al día siguiente, e incluso un trocito de las **Islas Cíes**. Cuenta además con un Aula de naturaleza, dedicada a la educación ambiental sobre sistemas litorales y desarrollo sostenible.



Tras superar esta zona, y prosiguiendo con la senda costera, pasaremos las playas de Mourisca y Tulla, y una zona de acantilados salpicados de pequeñas calas, hasta llegar a Beluso y posteriormente a **Bueu**, donde finalizará el primer día, y donde dará comienzo el segundo.



Tracks orientativos y referencias:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/toda-a-costa-galega-etapa-12-aldan-bueu-29720114>

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-aldan-bueu-ria-de-pontevedra-126199841>

[https://www.turismo.gal/recurso/-/detalle/16807/cabo-udra?langId=gl\\_ES&tp=1&ctre=9](https://www.turismo.gal/recurso/-/detalle/16807/cabo-udra?langId=gl_ES&tp=1&ctre=9)

[https://gl.wikipedia.org/wiki/Cabo\\_Udra](https://gl.wikipedia.org/wiki/Cabo_Udra)

**Viernes 18 de abril: *Isla de Ons***

Desayuno

Trayecto en bus hasta Bueu

Trayecto en barco hasta Isla de Ons

Ruta Isla de Ons

Trayecto en barco hasta Bueu

Trayecto en bus hasta Albergue

Cena



Itinerario - Nivel 1 (dificultad baja):

Muelle Isla de Ons - Mirador de Fedorentos

- Burato do Inferno - Faro de Ons - Playa de Melide - Muelle Isla de Ons (12km ±300m)

Antes de empezar...

- Es muy recomendable **llevar ropa de abrigo**, ya que vamos a viajar en barco y pasaremos el día en una isla; elementos de **protección solar**, si no queremos acabar pareciendo alemanes en Mallorca (gorra, crema solar, gafas de sol); y ropa de baño, por si el tiempo acompaña y somos tan valientes como para pegarnos un baño en el Océano 😊.
- Hay que tener en cuenta que el barco tiene un **horario de vuelta fijado** de antemano, que no espera por nadie, que si lo perdemos no hay otra forma de volver hasta el día siguiente, por lo que tenemos que estar muy atentos al reloj y no despistarnos.
- Estamos en un parque nacional, en una época del año con restricciones para acceder a algunas zonas por estar en temporada de cría de aves, por lo que tenemos que estar muy atentos a las señalizaciones. Además ni se puede dejar basura en la isla, ni hay cubos para depositarla: **cada cual tiene que volver con su basura**.

Para la ruta de hoy, regresamos a donde lo dejamos ayer, a Bueu, en la boca de la ría de Pontevedra, para bajarnos del bus y subirnos a un barco con destino a las **Isla de Ons**, en pleno Parque Nacional Marítimo Terrestre de la Islas Atlánticas, donde haremos una ruta circular recorriendo todo su perímetro.



Si el primer día miramos al mar desde la costa, el segundo veremos la costa desde el mar. A poco distancia de abandonar el puerto, y viendo hacia el sur veremos gran parte del recorrido de la ruta del jueves y parte de la costa sur gallega, la ría de Vigo y las Islas Cíes.

Una vez en la isla, empezaremos caminando hacia el sur, atravesando las playas dos Cans (de



los perros), con vistas a la laxe do Crego (piedra del cura), islote que tiene excavado un sepulcro antropomorfo; y Canexol, con restos de una antigua fábrica de salazón romana de la que sólo quedan algunos restos. Llegaremos al **mirador de fedorentos**, en el punto más al sur de la isla, que nos ofrece una vista panorámica sobre la costa

de las rías de Vigo y Pontevedra, las Islas Cíes y delante nuestra, en primer término, el Islote de Onza u Onceta.

Giramos a continuación hacia el norte, y si antes teníamos vistas sobre tierra firme y la ría de Pontevedra, ahora ya tenemos el Océano Atlántico a nuestros pies, la península de O Grove con la playa de la Lanzada, y la boca de la ría de Arousa.



Pasamos por el **Buraco do Inferno** (agujero del infierno o boca del infierno), una furna o cueva marina excavada en la roca por la fuerza del mar aprovechando las fracturas existentes en la misma. Esta furna es la mayor que se encuentra en Ons, y cuenta la leyenda que comunica con el

mundo de los muertos, y que se pueden escuchar los lamentos de las almas que vagan entre los dos mundos.

Proseguimos hasta el punto más elevado de la isla, donde se sitúa el **faro**, no visitable y ya automatizado, y desde donde tendremos una de las mejores vistas de la isla.

Llegamos al punto más al norte, con vistas hacia las rías de Arousa (a la izquierda) y Pontevedra (a la derecha), y giramos hacia el camino de regreso pasando por la **playa de Melide**, con las dunas mejor conservadas de la isla; y de las dornas, ya en el punto final de la ruta.





Tracks orientativos y referencias:

[https://www.elespanol.com/treintayseis/vivir/escapadas/20220121/burato-do-inferno-lugar-mitos-leyendas-isla-ons/644186105\\_0.html](https://www.elespanol.com/treintayseis/vivir/escapadas/20220121/burato-do-inferno-lugar-mitos-leyendas-isla-ons/644186105_0.html)

<https://www.youtube.com/watch?v=Zffoxzrqy4>

<https://www.rtve.es/play/videos/somos-cine/isla-mentiras/6421960/>

<https://www.mardeons.es/blog/descubre-el-mapa-de-la-isla-de-ons-y-los-mejores-sitios-para-ver/>

**Sábado 19 de abril: Mougás**

Desayuno  
Trayecto en bus hasta Mougás  
Ruta por Mougás  
Trayecto en bus hasta Mougás  
Cena

Itinerario **opción [A] - Nivel 2** (dificultad media):

Mougás - Serra da Groba - **Mirador da Groba** - Mirador do Cortelliño - Poza grande de Mougás - Mougás (22km ±850m)

Itinerario **opción [B] - Nivel 1-2** (dificultad baja-media):

Mougás - Serra da Groba - Mirador do Cortelliño - Poza grande de Mougás - Mougás (20km ±750m)

La ruta de hoy tiene sobreiras, castros celtas, sillas reales, miradores sobre islas, caballos salvajes, rapa das bestas y fervezas.... Un todo en uno, vaya!!!

Partimos de la parroquia de **Mougás**, en el ayuntamiento de Oia, limítrofe con el de Baiona.



Progresivamente vamos ganando altura, hasta llegar en pocos kilómetros al cañón del río Broi, donde encontramos las **sobreiras do faro**, un alcornocal muy singular pues se trata del bosque de carácter mediterráneo más occidental de toda Europa, en una zona caracterizada por formaciones típicas de clima oceánico.

Giramos a la izquierda y seguimos subiendo en busca de las primeras vistas panorámicas sobre el Océano Atlántico y del **castro Cano dos Mouros**. Aunque no ha sido excavado, su emplazamiento y tamaño sugieren una antigua fortaleza de algo más de 2.500 años. Lo más singular de este castro es la **silla del rey Sol**, a la que nos podremos encaramar después de una pequeña trepada para divisar una panorámica de la costa.



Y seguimos subiendo. Entre caballos salvajes y vistas al océano llegamos al mirador da Groba o al **mirador do Cortelliño**, o a los dos, dependiendo de las fuerzas de cada uno. Desde ellos,

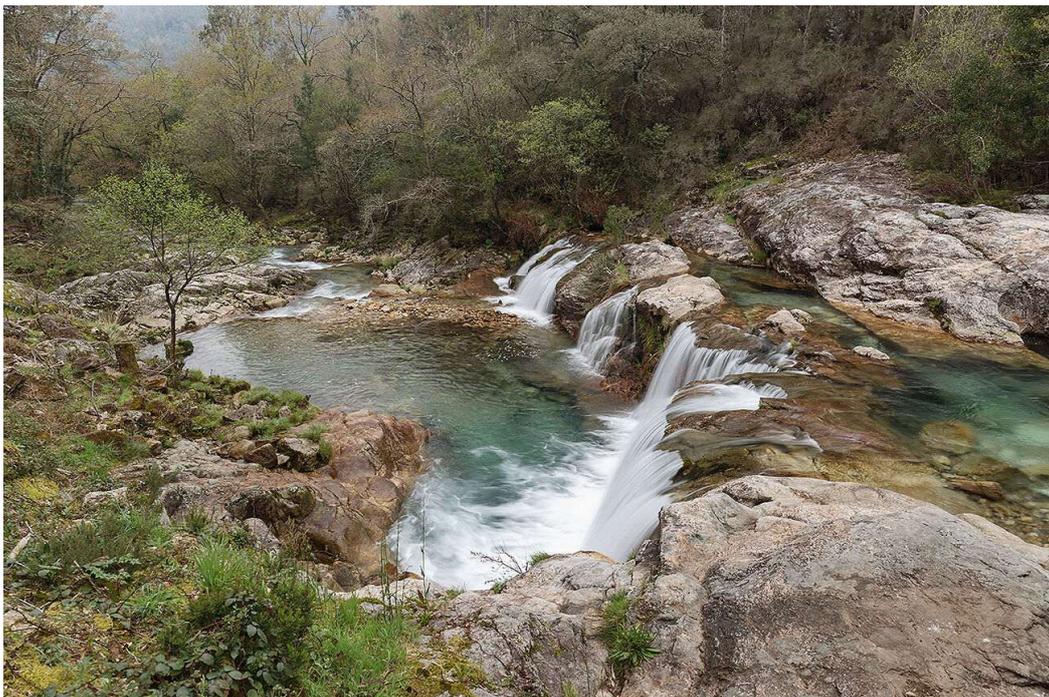
podremos admirar una maravillosa panorámica de casi toda la costa sur de Galicia, la ciudad de Vigo y hasta la de Pontevedra; y gran parte del Parque Nacional de las Islas Atlánticas.



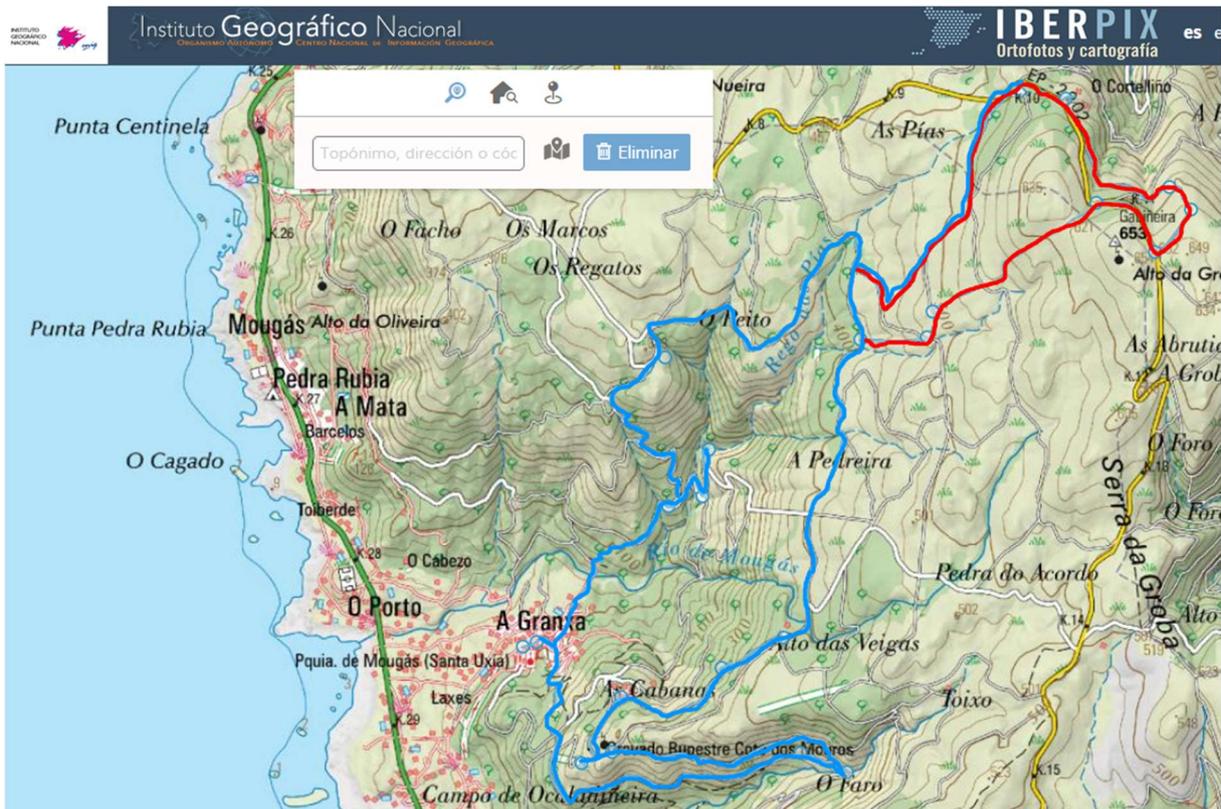
Iniciamos el descenso, de forma progresiva para volver al punto de partida, y pasamos por el **Curro de Mougás**, donde se celebra la Rapa das bestas, fiesta cultural y turística que consiste en cortar las crines de los caballos que se realiza en los curros, recintos cerrados donde se recogen los caballos salvajes que están en la montaña. Tras la rapa son devueltos al monte.



Y ya, en la última parte de la bajada, que se empina bastante, visitaremos la **Poza Grande de Mougás**, una ferverza o chorrera o cascada que forma una piscina natural... apta para quién quiera o se atreva? con un baño 🤪.



En el siguiente mapa tenemos los 2 recorridos que vamos a realizar, en azul la ruta corta que sube y baja por el mismo camino hasta el Mirador do Cortelliño donde comeremos, y en rojo la ruta más larga, que sube un poco más arriba y de manera circular hasta **Mirador da Groba**.



Tracks orientativos y referencias:

<https://grupodeandainasriasbaixas.blogspot.com/2015/11/mougas-cascadas-pozas-rios-cano-mouros.html>

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/mougas-pozas-curros-126399801>

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-da-fervenza-de-mougas-12488465>

<https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/oia/2024/11/09/silla-piedra-sobre-atlantico-sentaba-rey-sol-viladesuso/00031731174007175142443.htm>

<https://metropolitano.gal/planes/pozas-mougas-tesoro-serra-groba-oia-como-llegar/>

**Domingo 20 de abril: *TURISMO OURENSE + VIAJE DE VUELTA***

Desayuno

Trayecto en bus hasta Ourense

Turismo en Ourense

Después de comer viaje a Plasencia

Para terminar la salida, nos desplazaremos hasta Orense (oficialmente en gallego: **Ourense**) es la capital de la provincia con el mismo nombre y está situada en el sureste de Galicia. Es el tercer municipio gallego por población y el más poblado del interior de Galicia, con más de 100.000 habitantes.



La ciudad es atravesada por los ríos Miño, Barbaña y Lonia. Es conocida como "Ciudad de Las Burgas" debido a sus famosas fuentes



de aguas termales, en las que el agua sale a temperaturas de entre 60 y 68 °C. Hay también aguas termales en el balneario de la Chavasqueira, O Tinteiro, Muíño da Veiga y Outariz.

Destacan como monumentos la catedral del siglo XII, con su pórtico del Paraíso y el Santo Cristo, el puente mayor, el claustro de San Francisco, las iglesias de la Santísima Trinidad y Santo Domingo, y el conjunto de su zona antigua, en proceso de recuperación.





## **RÍAS BAIXAS** **CLUB DE MONTAÑA VALCORCHERO**

Del 17 al 20 de abril de 2025



¡No me digas que no merece la pena!  
¡A disfrutar!

Referencias:

<https://www.viajeroscallejeros.com/que-ver-en-ourense/>

<https://ourense.gal/turismo/inspire/ourense-1-2-3-dias/>

**Este programa podrá sufrir modificaciones a criterio de la organización y por precaución ante previsiones meteorológicas adversas.**

**EL CLUB DE MONTAÑA VALCORCHERO, NO ASUME LA RESPONSABILIDAD DE GUÍAS DE MONTAÑA, NI DE CUALQUIER OTRO TIPO, RESPECTO A LAS PERSONAS PARTICIPANTES EN LAS ACTIVIDADES PROGRAMADAS, ADVIRTIENDO QUE ESTAS ACTUAN BAJO SU EXCLUSIVA RESPONSABILIDAD Y QUE CUALQUIER GASTO QUE SE OCASIONE ANTE ALGÚN ACCIDENTE O EVACUACIÓN, ES DE CARGO DEL EXCURSIONISTA. EN CONSECUENCIA, PARA PARTICIPAR EN LAS ACTIVIDADES ES OBLIGATORIO ESTAR EN POSESIÓN DE LA LICENCIA FEDERATIVA DE MONTAÑA O SEGURO EQUIVALENTE QUE DEJA CUBIERTOS ESTOS RIESGOS.**

En Plasencia a 7 de marzo de 2025.  
La Organización y Directiva,

