

Excursión Primavera

2018

Taramundi



Mayo del 17 al 20 de 2018

Datos Generales:

Esta excursión está prevista para los días 17,18,19 y 20 de Mayo de 2018.

El Alojamiento será en habitaciones dobles a compartir con baño privado, en régimen media pensión (desayuno y cenas). *Quién desee habitación individual consultar a ceciliamovimientoysalud@gmail.com*

El sitio escogido es Casa Paulino, hotel rural, Taramundi.

<http://www.casapaulinotaramundi.com>

El precio **NO** incluye COMIDAS, pero si las vistas al Museo Etnográfico os Teixois, Eco Museo del Pan en Vilanova de Oscos y Museo de la Cuchillería Taramundi.



Programa:

Jueves 17 de Mayo:

Hora:

9:30 Hs

Encuentro en A Pontenova. Se dejarán aquí los coches y nos desplazaremos en taxis hasta San Tirso de Abres (comienzo de ruta)

10:00 Hs

Ruta del Ferrocarril. San Tirso de Abres- A Pontenova.

Recorrido de 12,8 km que transita por la antigua vía del ferrocarril minero que realizó la línea Valladolid-Ribadeo hasta el año 1964. Es una ruta lineal, junto al Río Eo que permite disfrutar de vistas panorámicas de gran riqueza ecológica. El elemento distintivo lo componen seis túneles que se atraviesan a lo largo del recorrido. Hay que llevar frontales o linternas.

Ver ruta: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/san-tirso-de-abres-a-pontenova-20996135>

14:30 Hs

Comida en A Pontenova. **O Lar de Balbina. (menú del día)**

17:30 Hs:

Checking en casa Paulino. Taramundi

Viernes 18 de Mayo:

10:00 Hs Ruta del Agua PR-As 17

Catorce kilómetros de ruta sencilla que nos permite disfrutar del agua y sus aprovechamientos a lo largo de los siglos en el medio rural.

Este día comeremos en ruta, aproximadamente en el km 10 llegaremos a un singular complejo etnográfico, aquí haremos una visita guiada de media hora y comeremos en su taberna Merendero. toda la info: <http://www.osteixois.es/index.html>

Después de comer, quedan sólo 4 km de recorrido que ayudarán a bajar la comida. Aquí puede haber opción de dejar coche para aquellas personas que no deseen continuar con la ruta.

Ver ruta: <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-del-agua-taramundi-6837248>

Tarde libre al acabar la ruta.

Sábado 19 de Mayo:

Ruta de los Bosques SL-As 6: “Villanueva de Oscos”

Media hora de desplazamiento desde Taramundi.

Ruta circular de 8 km que parte de Villanueva capital del concejo, para volver a la villa tras visitar el caserío de Abilleira y los núcleos de Pacios y Santa Eufemia y de haber atravesado hermosas y densas masas de bosque autóctono de abedules, castaños y robles. En el camino, se realizará una visita al Ecomuseo del Pan en Santa Eufemia.

(<http://www.villanuevadeoscos.es/que-visitar>)

Ver ruta:

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-de-los-bosques-sl-as-6-oscos-803028>

14:30 hs

Comida en Casa Perales, Villanueva de Oscos

Después de comer regreso a Taramundi, tarde libre

Domingo 20 de Mayo:

Ruta de los Ferreiros. Pr-As 18

Ruta circular de 8 km y muy bonita que parte desde Taramundi, pasando por Mazonovo, Vega de Zarza, y Pardiñas. Esta ruta nos ofrece la arquitectura tradicional de la zona y la posibilidad de conocer la labor del herrero y de los diferentes artesanos.

Visita guiada al Museo de la Cuchillería Taramundi: <https://cqtaramundi.com/museo/>

Comida en: Lagar Sidrería Solleiro. <https://sidreriasolleiro.com>

Después de comer, regreso a Coruña



Precios y plazos de reserva

Fecha límite para reservar: Lunes 30 Abril de 2018.

Precios por persona

Plazas: 18 personas máximo . Grupo mínimo 10 personas

Precios socios Salud Movimiento	Precios para NO socios
<p>Habitación a compartir: 215 euros/ personas (IVA incluido)</p> <p>Incluye:</p> <p>Habitación doble con baño privado (3 noches) 3 Cenas 3 Desayunos Entradas a visitas guiadas: Museo etnográficos Os Teixóis, Ecomuseo del Pan y Museo de la Cuchillería.</p> <p>NO INCLUYE COMIDAS</p>	<p>Habitación a compartir: 245 euros/ persona (IVA incluido)</p> <p>Incluye:</p> <p>Habitación doble con baño privado (3 noches) 3 Cenas 3 Desayunos Entradas a visitas guiadas: Museo etnográficos Os Teixóis, Ecomuseo del Pan y Museo de la Cuchillería.</p> <p>NO INCLUYE COMIDAS</p>

Términos y Condiciones

- El plazo máximo de reserva de plaza es el día **Lunes 30 de abril de 2018.** Las reservan se harán respetando el orden de inscripción.
- Podrán efectuarse cancelaciones, con la consiguiente devolución del 100% del importe hasta el **día 30 de abril inclusive**

- A partir del día 1 de Mayo sólo se reembolsará el 50 % del importe total abonado.

En caso de lista de espera, se respetará el orden y en el supuesto de cancelaciones se ofertará la disponibilidad.

Material Necesario:

Equipo

- Botas o calzado de montaña con membrana impermeable.
- Ropa cómoda, deportiva y transpirable.
- Pantalón y chaqueta impermeable.
- Buff (braga), gorro y guantes
- Frontal para excursión del primer día
- Gafas de sol (factor 3 ó 4).
- Protección solar y protección para labios

Material

- Bastones
- Mochila (25 - 30l.)
- Camelback, termo o botella para agua
- Manta térmica

* Reservas y pagos a través de :

