

# Rutas de Senderismo

## en Sober

### Ruta al Mirador de SoutoChao.

#### Descripción:

El **Mirador de SoutoChao** o también conocido como *Mirador del Vendimiador*, cuenta con la escultura «O Carreiteiro» realizada en granito por el escultor Manuel Rial en homenaje al esfuerzo sobrehumano de la viticultura heroica de antaño.



Una vez pasemos la escultura nos adentraremos en un lugar mágico, desde el cual podremos contemplar una de las mejores vistas del Cañón del Sil, los preciosos bosques de la ribera ourensana a nuestra derecha, y las inclinadas laderas cubiertas de viñas en la zona lucense, donde se pueden ver de cerca las parras e incluso los cables de acero que utilizan los viticultores para recolectar la uva en la vendimia.

Este pequeño paseo se puede realizar perfectamente con niños, y no cuenta con escaleras que pudieran dificultar el acceso a gente con movilidad reducida.

**Lugar:** Doade | **Distancia:** 0,7 km | **Duración:** 20 minutos

**Ruta circular:** No | **Dificultad:** Fácil

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.409505, -7.4729530

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/mirador-de-souto-chao-sober-18969339>

### Ruta Dos Muíños do Xábrega .



#### Descripción:

Esta ruta es un pequeño tramo de la ruta oficial *Sendeiros dos Viñedos da Ribeira Sacra (PR-G 86)*. Comienza en el embarcadero de Os Chancís desde donde podremos contemplar dos miradores sobre el Cañón del Sil, un bosque de ribeira arropado por el regato de Camilo y donde abundan carballos, castaños, salgueiros, amieiros, bidueiros y

finalmente los Muíños do Xábrega.

El primer Mirador es el *de Os Chancís* a escasos metros del embarcadero y completamente arropado por los viñedos desde donde se puede disfrutar de una impresionante panorámica del Cañón del Sil.

Unos 200 metros más adelante subiendo una pequeña pendiente, está el *Mirador de Xábrega* a unos 355m de altitud desde el cual se puede ver el Náutico de Santo Estevo.

En cuanto a los *Muíños do Xábrega* llegaron a ser 28, pero actualmente sólo se pueden apreciar 13, de los cuales siete están actualmente restaurados.

Es una ruta muy sencilla de hacer, perfecta para realizar con niños.

**Lugar:** Arxemil parroquia | **Distancia:** 4 km

**Duración:** 2 horas y media | **Niños:** Si | **Ruta circular:** No

**Dificultad:** Fácil | **Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.410642, -7.632212

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/muinos-do-xabrega-mirador-de-os-chancis-ribeira-sacra-15926823>

## Ruta de los Miradores Santiorxo-Cividade.

### Descripción:

Se trata de una variante de la *Ruta de los Colados* y se encuentra en San Xurxo de Santiorxo en el Concello de Sober (Lugo). Nosotros la comenzamos en Paradela hasta el Mirador da Cividade volviendo por nuestros mismos pasos, ya que la ruta original es de 22 km (lineal).

Lo primero que nos encontramos es el *Mirador de Santiorxo* desde donde podremos ver Castro Caldelas y Parada de Sil (Ourense). Poco después pasaremos por *la aldea de A Somoza*.

Una vez pasemos *A Somoza* entraremos en el *bosque autóctono de Vilanova* atravesando caminos tradicionales y disfrutando del pequeño *Castro de Vilanova*.

Una vez crucemos este bosque, nos encontraremos el *primer Mirador natural* desde el que podremos disfrutar de una bonita vista del *Cañón del Sil*. Continuamos bordeando el Cañón por un camino empedrado y sin sombra hasta el *Mirador de O Boqueiriño* desde el que podremos ver el *Monasterio de Santa Cristina*. A 1 km de O Boqueiriño se encuentra otro *Mirador natural*. Continuamos por el camino empedrado hasta el *Mirador da Cividade* diseñado por la arquitecta Isabel Aguirre, y desde el que tendremos a unos 300m el *Castro da Cividade*. El camino al Castro da Cividade está prácticamente cubierto de maleza.

Finalmente regresamos sobre nuestros pasos hasta Paradela. La ruta en algunos tramos no está muy bien señalizada, por lo que sobre todo en la parte del bosque autóctono de Vilanova será necesario GPS, ya que lo único que os encontraréis serán unas cintas blancas colgadas en algunas ramas o alguna flecha roja pintada en el suelo.



**Lugar:** Santiorxo | **Distancia:** 16,2 km | **Duración:** 6 | **Niños:** Si

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** No | **Dificultad:** Fácil

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.407839, -7.5685490

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-de-los-miradores-ribeira-sacra-13831750>

## Ruta Miradores Boqueiriño-Cividade.

### Descripción:



Esta ruta transcurre entre tres bellas vistas, la que hay desde el *Mirador de Boqueiriño* desde donde se puede ver el *Monasterio de Santa Cristina* al otro lado del Sil, el de *Cividade*, con una amplia panorámica del río Sil y más abajo otra amplia vista del *embalse de San Estevo* con el pantalán del catamarán. La ruta transcurre en su mayoría por un cortafuegos lo que la hace incómoda de caminar por su irregularidad y por sus continuos sube y baja. Al final, de vuelta al comienzo, es más agradable el camino.

**Lugar:** Bolmente parroquia | **Distancia:** 8,91 km | **Duración:** 2h 43m | **Niños:** Si

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** No | **Dificultad:** Fácil

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.402506,-7.5998128,836

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/miradores-de-boqueirino-y-cividade-28381821>

## Ruta del Eucalipto del Médico.

### Descripción:

El inicio de la ruta se encuentra junto al aparcamiento del *Mirador de O Boqueiriño*. Una vez en este punto, hay que girar a la izquierda e iniciar una corta subida por una pista de tierra -que hace también la función de cortafuegos- en dirección al mirador, situado a un centenar de metros. La estructura está situada en uno de los puntos más elevados del cañón del Sil, a unos 600m sobre el cauce del río y permite disfrutar de un impresionante panorama del que forma parte el conocido monasterio de Santa Cristina de Ribas de Sil, en la orilla ourensana.



Seguimos andando por la pista de tierra a lo largo de 0.5km hasta llegar al lugar de *O Colado do Santo*, una pequeña planicie de donde sale a la derecha el llamado *Camiño do Eucalipto do Médico*. El sendero inicia un suave descenso que se irá acentuando a medida que se aproxima al final de su recorrido. El primer tramo, de unos 400m. discurre por zonas de monte bajo y vegetación de tipo mediterráneo. Luego entramos en un área donde predominan el alcornoque y el madroño hasta llegar al lugar de *O Santo*, una parte de la ribeira donde en tiempos se cultivaron viñas y que hoy está ocupada por un espeso bosque de robles y especies propias de tierras ribeireñas. Unas decenas de metros más abajo salía un camino que daba acceso al lugar de *A Nogueira da Laxa* -también de viñedos-, pasando por las viñas de *O Santo*, y que seguía dirección a *Souto Vello*.

Más adelante el camino pasa junto a unos manantiales en el lugar de *Suslameiros*. En esta zona, además de viñas, había parcelas dedicadas a praderías.

A partir de este punto el camino se convierte en sendero y el descenso se hace más acusado. Un centenar de metros más adelante, la ruta llega el *Eucalipto do Médico*, un ejemplar de notables dimensiones y con una longevidad superior a los cien años, muy conocido en la parroquia. El nombre se debe a que fue plantado en su día por un médico natural de *O Pacio* que era conocido por don Gumersindo.

**Lugar:** Bolmente parroquia | **Distancia:** 4,45 km | **Duración:** 1h 40m | **Niños:** No

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Difícil.

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.402506,-7.5998128,836.

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-do-eucalipto-do-medico-18227417>

## Ruta Doade-Mirador Pena do Castelo-Mirador do Duque-Doade.



### Descripción:

La ruta pasa por Doade pueblo, Mirador Pena do Castelo, Mirador Pena do Duque y regresa a Doade.

La ruta parte de un merendero que se encuentra muy próximo al *Mirador de Pena do Castelo*. También pasaremos por un bosque de interior hasta llegar al *Mirador do Duque* con unas bonitas vistas del *Cañón del Sil* y, desde aquí, regresaremos al *Mirador de Pena do Castelo* por las viñas y continuando paralelo al *Cañón del Sil*.

**Lugar:** Doade | **Distancia:** 8,22 km | **Duración:** 2h 33m | **Niños:** No

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Moderada.

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.4113667,-7.4609387

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/mirador-pena-do-castelo-y-do-duce-38819876>



## Ruta Doade-Mirador de Cadeiras-Doade.

### Descripción:

Salimos de Doade bajando por la carretera en dirección a Castro Caldelas. Pronto veremos el *Mirador de SoutoChao*. Después de contemplar las vistas tomaremos la pista que tenemos a la derecha, de fuerte bajada. Esta pista ya no la abandonaremos hasta llegar a *As Cortiñas*, siempre caminando entre viñas y dejando el río a nuestra izquierda hasta llegar a *As Cortiñas* e iremos en dirección a la Bodega *Rectoral de Amandi*, bajando poco a poco hasta el *Mirador de Os Chelos*, pasaremos por *As Forcadas* y bajando llegaremos hasta el mismo borde del embalse. Seguiremos por las pistas que discurren al borde del río Sil y habrá un momento en el que tocará ascender.



Llegaremos a la carretera y aquí podremos seguirla o ir por un camino paralelo que nos llevará hasta *Sampil*. Atravesaremos el pueblo y a la salida veremos el indicador que nos llevará a *Cadeiras*, pasando primero por el *Santuario de Nrrta. Sra. de Cadeiras* y después por el *Mirador*.

Emprenderemos el regreso saliendo del ramal de *Cadeiras* y girando a la izquierda hasta llegar a *As Gándaras*. En la rotonda tomaremos la DP. 59 03 en dirección a *Doade*, para pasar primero por *Lobios* y llegar a *Amandi*. En el cruce hacemos caso omiso de la indicación a *Doade* y giramos a la derecha. En seguida veremos a nuestra izquierda el indicador de *San Pedro de Amandi*. Tomamos esa dirección y ya en *San Pedro* debemos meternos en una pista de tierra que hay a nuestra izquierda (pasa por delante de un establo-nave). Siguiendo ese camino entre prados y castaños llegaremos a *Doade*.

Decir que se trata de una hermosa ruta, sin dificultad técnica alguna, que nos permitirá disfrutar plenamente del Cañón del Sil.

**Lugar:** Doade | **Distancia:** 27,39 km | **Duración:** 7h 42m | **Niños:** Si

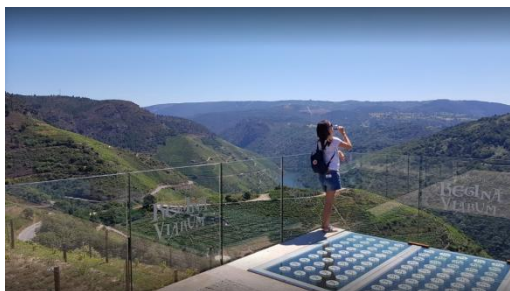
**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Baja.

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.4113667,-7.4609387

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/doade-sl-aba-sacra-caadeiras-monasteriomirador-7689388>

## Ruta Aba Sacra (Rest. Merenzao-Amandi-Doade).

### Descripción:



La Ruta comienza delante del Restaurante *Merenzao* y la Bodega *Petrón*, continúa hacia *Doade* pueblo, la Bodega *Regina Viarum*, el *Mirador de Soutochao* y los viñedos de *Amandi*, praderías y la bodega *Val da Lenda* hasta nuestra llegada al pueblo de *Doade*.

Esta Ruta se adentra en las ribeiras de *Doade* y *Amandi* entre milenarios bancales a orillas del río Sil, Fragas o Bosques autóctonos de Carballos (roble gallego), abedules, castaños y prados de pasto.

**Lugar:** Doade .Restaurante *Merenzao* | **Distancia:** 12 km

**Duración:** 2h30m | **Niños:** Si

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Baja.

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.417828, -7.477902

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/rte-merenzao-amandi-doade-32302742>

## Ruta de los Tres Miradores.

### Descripción:

En esta Ruta recorreremos tres bonitos miradores de Ribeira Sacra Lucense: *Mirador de Pena da Capela*, *Mirador do Duque* y *Mirador de SoutoChao*.

El recorrido comienza en Doade siguiendo la PR-G 157. El trayecto hasta *Pena da Capela* se realiza por una pista en perfecto estado y sin ninguna complicación. Dejado atrás el Mirador la ruta se complica ya que transcurre por un sendero que en ocasiones se pierde entre el brezo y los "toxos" y en otras presenta un firme irregular, por momentos escalonado y por momentos con piedra suelta que lo hacen dificultoso. Estas condiciones difíciles permanecen durante el recorrido que nos llevará a la cima de la montaña para seguir por una pista, más o menos bien conservada que desemboca en la carretera que llega hasta el *Mirador do Duque*. Antes habremos abandonado, ya cerca de la mencionada carretera, la PR-G 157. El descenso desde O Duque hasta *SoutoChao* lo realizaremos por muy bien conservadas pistas, entre viñedos y con espectaculares vistas, que desembocan en el recientemente reconocido oficialmente "Camiño de Inverno", primero, y en la carretera que va a Castro Caldelas más tarde. Esta carretera ya no la abandonaremos hasta el final del recorrido. Si bien no tiene arcén no representa un excesivo peligro dado que no tiene intensidad de tráfico, lo que no quita para que mantengamos la atención en todo momento.



**Lugar:** Doade | **Distancia:** 10,94 km

**Duración:** 2h | **Niños:** No

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Moderada.

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.417828, -7.477902

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/tres-miradores-1-en-la-ribeira-sacra-lucense-15069564>

## Ruta al Mirador Pena do Castelo. Doade.

### Descripción:



Tomamos la carretera que va desde Doade hasta la localidad de Francos.

Prestamos atención a un camino que va hacia la derecha, a mitad del trayecto, donde encontrarás un aparcadero. Deja allí el coche y sigue a pie la travesía, pasando por un bosque de robles centenarios, el Souto de Valgüaire hasta llegar al Mirador, a unos 600 metros de altura y a 400m con respecto al nivel del agua del río Sil.

Al lado de una capilla en honor a San Amaro de reciente construcción, se encuentra este fantástico

Mirador.

Nos ofrece unas fantásticas vistas sobre los viñedos bajo nuestros pies, así como de la orilla sur del Cañón. Antiguamente, alrededor del promontorio sobre el que se ubica este Mirador, se encontraba un poblado castreño.

**Lugar:** Francos. Doade | **Distancia:** 1,5 km

**Duración:** 30m | **Niños:** si

**Señalización:** Buena | **Ruta circular:** No | **Dificultad:** Baja

**Coordenadas para iniciar la ruta:** 42.4113667, -7.4609387.

## Ruta Barantes-Bolmente.

### Descripción:



Empezamos la ruta enfrente del *local social de Bolmente* y tomamos la carretera que va a *Ferrón*, pasamos por delante de *los Apartamentos Rio Sil*, dedicados al turismo rural, seguimos hasta *As Chouselas* y más adelante giramos a la izquierda un camino que nos lleva al *petroglifo de Laxa da Carreira*. Después de verlo y leer el panel informativo, seguimos bajando por el monte hasta la zona de *Bouzo*, donde desde un *mirador natural* tenemos hermosas vistas del Cañón del Sil. Volvemos al camino forestal y llaneando llegamos al *Agro do Coto*, lugar llano donde antes se plantaba maíz y cereal y ahora está plantado de pinos. Pasado el Agro, un ramal a la derecha nos lleva primero, hacia la zona de *O Cardo*, el *Reboredo*, y después, pasa al lado de *O Castro de Vilanova*. Aquí también hay un panel informativo.

Por un hermoso sendero bajamos hasta *A Costa*, en donde confluimos con una pista que baja a la ribeira y *con la ruta da Empardeada*, que podemos hacer se queremos (es lineal, hay que seguir las indicaciones hasta o *Marcozón* y volver por el mismo camino). Nosotros giramos a la izquierda y subimos hasta o *Lobio* y después a la *iglesia de Barantes*. Pasada ésta, cogemos a la derecha hacia *Bolmente* y *Cacedo* y nos vamos acercando al punto de partida.

**Lugar:** Bolmente | **Distancia:** 8,29 km

**Duración:** 2h. 14m | **Niños:** Si

**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Baja

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-circular-por-bolmente-e-barantes-sober-40801590>

## Ruta Camiño da Empardeada. Bolmente.

### Descripción:

La ruta comienza en el cruce de la pista acondicionado con el camino que va a Ribá y A Somoza. A unos 20m. aparece un panel informativo que indica el desvío a la derecha hacia el *castro de Vilanova*. Al adentrarnos en *A Barrionca*, donde empiezan a predominar los viñedos, la gran mayoría ya abandonados, tomaremos el camino de la derecha para ir a los lugares de *Bacelo de Riba*, *Leiredo*, *Viña Vella* y, antes de llegar a *Os Groís*, merece la pena hacer un alto en el camino para admirar el Cañón. A un lado, el *mirador de Cadeiras* en Sober; y al otro, los *Balcones de Madrid* y el *monasterio de Santa Cristina*.



Era hasta el lugar de *Os Groís* adonde podían llegar los carros de madera con las uvas, pues a partir de aquí comienza un tortuoso descenso. La uva aquí debía ser cargada en cestos a la espalda. Una vez en el llano el camino se adentra en un *bosque mediterráneo* poblado por encinas, alcornoques e higueras. Tras pasar *el Regato da Bemposta*, más adelante encontraremos el camino a la izquierda va a dar a *Os Pousos* y termina en *el Sil*. En este punto embarcaban los feriantes para cruzar a la orilla ourensana y también desembarcaba el ganado traído de Caldelas o la madera de castaño extraída de los extensos sotos. En tiempos también había una chabola donde el barquero se resguardaba de la lluvia. A la derecha, seguiremos por *A Empardeada* hasta alcanzar *O Marcozón*, lugar donde se dividen las parroquias de Barantes y Bolmente.

Este paraje fue aterrizado para la plantación de viñedos entre gruesos muros de piedra. El lugar fue excavado en roca viva formando bancales. La ruta da Empardeada se enmarca en el lugar de interés comunitario del cañón del Sil y en la red de protección Natura 2000 debido a su gran biodiversidad y la presencia de especies autóctonas como una lavanda -o cantrox- exclusiva de esta zona de ribeira.

**Lugar:** Bolmente parroquia | **Distancia:** 6,19 km

**Duración:** 2h. 27m | **Niños:** No

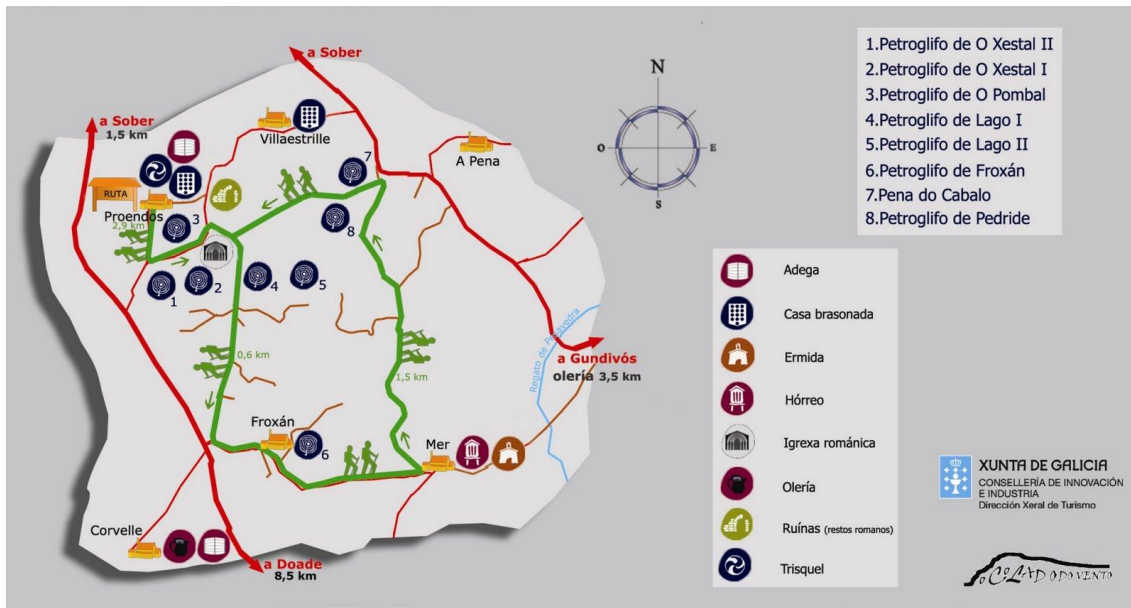
**Señalización:** Regular | **Ruta circular:** No | **Dificultad:** Moderada-Alta

**Descarga Wikiloc:** <https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/ruta-da-empardeada-39701930>



## Ruta A Proencia das Lendas. Proendos.

### Descripción:



La ruta comienza en *Proendos*, a 2 km de Sober por la crta. que une la capital municipal con Doade.

*Proendos* es un museo al aire libre. Aconsejamos, antes de iniciar la ruta, recorrer este hermoso pueblo. Encontraremos en las estructuras de las casas muchos elementos reutilizados del antiguo asentamiento romano diseminados en un amplio espacio. Los paisanos se encontraron piedras labradas, algunas con molduras o dibujos (trisqueles, rosetas, aras, motivos curvilíneos y geométricos), con basas, fustes, molinos de mano circulares, además de tégula, fusaiolas, ladrillo, losa, restos cerámicos, escollos metalúrgicos, utensilios metálicos, canalizaciones.

Resulta lógico que los abundantísimos vestigios castrexo-romanos sementaran en la imaginación popular las leyendas sobre la fabulosa *Proencia*.

Veremos, también, arquitectura nobiliaria de la casa de los Ojeas, del s. XVII, de los Vertunías, o la próxima de Vilastrille, fundada en 1692 por Feijóo Soutomaíor.

Los primeros petroglifos a visitar se encuentran a nuestra derecha en la llamada *finca do Xestal*, en una casa particular con el nº 103.

Seguimos el paseo entre los muros de la iglesia donde, a nuestra izqda., en el muro, hay una inscultura de origen castrexo-romana.

En la *finca do Pombal* está otro petroglifo, al pie del *pombal* (palomar).

Estamos ahora delante de *la igrexa románica (s. XII) de Santa María*, en la que su rusticidad y la sencillez de su presbiterio, con pinturas murales del s. XVI, recuerda el arte prerrománico.

Giramos por el camino de la dcha. hasta el *Campo das Olas*, volviendo a girar a la dcha para seguir hasta *Froxán*. A la izqda, en los *Lameiros*, están *los petroglifos de Os Lagos*, con “coviñas”.

Ya en el *pueblo de Froxán*, a 0,9 km, encontramos otra inscultura rupestre asentada en la pared de una casa. Camino de *Mer*, en la entrada al pueblo, a la izqda, junto a una fuente, tomamos el camino tradicional junto al cruce del camino a Gundiós, cogiendo después a la izqda por la *Calzada de Pedride*; a la izqda, a *Phi de Pedride*. El final del camino, el punto de origen: la mítica *Proencia*.

**Lugar:** Proendos | **Niños:** Si

**Ruta circular:** Si | **Dificultad:** Baja

**Coordenadas para iniciar la ruta:** Latitud : 42.4611 Longitud : -7.5667