

Desperta a túa curiosidade!

Rutas culturais 2017/2018

Apúntate xa!



Máis info en

www.deportes.uvigo.es

activ@ ^ saudable + happy ☺



Ruta 1

RIBEIRO: CASTRELO DE MIÑO – TERMAS DE PREXIGUEIRO (OURENSE)

Data: sábado 21 de outubro

Distancia: 18 km

Dificultade: baixa

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas para coñecer o patrimonio cultural, natural e vitivinícola do Ribeiro. Ao remate da ruta teremos a oportunidade de gozar dun baño no Balneario - Spa Termas de Prexigueiro. Levar traxe de baño, toalla, sandalias, etc. e unha muda completa para o remate da xornada.

Ruta 2

RIBEIRA SACRA: RUTA DO MAO – BARXACOVA (OURENSE)

Data: sábado 4 de novembro

Distancia: 18 km

Dificultade: media

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas no camiño e visita guiada para descubrir o espectacular xacemento arqueolóxico da Necrópole de San Vitor de Barxacova.

Ruta 3

RÍOS DE MONDARIZ (PONTEVEDRA)

Data: sábado 18 de novembro

Distancia: 20 km

Dificultade: media

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas ao longo do percorrido, visita incluída ao ferroso e histórico Gran Hotel Mondariz Balneario Port.

Ruta 4

MAGOSTO: SABADELLE - LOÑOÁ (OURENSE)

Data: sábado 16 de decembro

Distancia: 19 km

Dificultade: media

Nota: ao remate da ruta celebrarase un tradicional magosto con chourizos, castañas, viño e outros produtos típicos de Ourense. Sorteo de agasallos.





Ruta 5

CUNTIS: UMIA – GALLO (PONTEVEDRA)

Data: sábado 13 de xaneiro

Distancia: 19 km

Dificultade: media

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas no camiño e visita guiada para descubrir o proxecto arqueolóxico de Castrolandin e a Fundación Terra Termarum.

Ruta 6

CICLO DE MONTAÑA I: MONTEDERRAMO (OURENSE)

Data: sábado 27 de xaneiro

Distancia: 19 km

Dificultade: media - alta

Nota: obrigatorio roupa apropiada para climatoloxía e condicións de neve.

Ruta 7

CICLO DE MONTAÑA 2: MANZANEDA – CHANDREXA (OURENSE)

Data: sábado 17 de febreiro

Distancia: 18 km

Dificultade: media - alta

Nota: obrigatorio roupa apropiada para climatoloxía e condicións de neve.

Ruta 8

CICLO DE MONTAÑA 3: SERRA DO CANDÁN (PONTEVEDRA)

Data: sábado 3 de marzo

Distancia: 20 km

Dificultade: media - alta

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas ao longo do percorrido, visita incluída ao fermoso mosteiro de Santa María de Aciveiro.

Ruta 9

O COUTO MIXTO (OURENSE)

Data: sábado 17 de marzo

Distancia: 21 km

Dificultade: media

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas ao longo do percorrido para descubrir este microestado sito ao pé da Serra do Larouco.





Ruta 10

DUNAS DE CORRUBEDO (A CORUÑA)

Data: sábado 7 de abril

Distancia: 18 km

Dificultade: media

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas ao longo do percorrido, visita incluída ao Centro de Interpretación do Parque Natural do Complexo Dunar de Corrubedo e Lagoas de Carregal e Vixán.

Ao remate da ruta existirá a posibilidade de bañarse na praia. Levar traxe de baño, toalla, sandalias, etc.

Ruta 11

PRAIA DAS CATEDRAIS (LUGO)

Data: sábado 21 de abril

Distancia: 18 km

Dificultade: media

Nota: a ruta inclúe paradas interpretativas ao longo do percorrido, visita incluída á fermosa praia das catedrais.

Ao remate da ruta existirá a posibilidade de bañarse na praia. levar traxe de baño, toalla, sandalias, etc.

Ruta 12

FIN DE SEMANA NO PARQUE NATURAL BAIXA LIMIA SERRA DO XURÉS

Data: sábado 12 e domingo 13 de maio

Distancia: dúas rutas de distancia variable

Dificultade: media

Nota: fin de semana no Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés para despedir a temporada. Faremos varias rutas (sábado e domingo), visitaremos os recursos patrimoniais da comarca e participaremos en diferentes actividades de dinamización. Prazas limitadas.

Información complementaria - suxestións

Inscripción

Cando? Dende 15 días antes da ruta e ate o xoves anterior.

Onde? Inscripción Online, puntos de información na Area de Benestar, Saúde e Deportes de Pontevedra, no Servizo de Extensión Universitaria en Vigo e SIOPE no Campus de Ourense.

Tarifas

	Comunidade Universitaria	Outros/as
Ruta cultural 1 día	12 €	18 €
Ruta cultural 2 días	30 €	40 €
5 rutas culturais	48 €	90 €
10 rutas culturais	96 €	-

Vantaxes

Concederanse 7,5 horas ECTS por cada ruta dun día de duración e 15 horas pola de dous días de duración.

Horarios

Haberá autobuses para trasladar aos participantes ao inicio de cada ruta dende os Campus de Ourense (Cafetería Bekas), Pontevedra (Praza de Galicia nº 5) e Vigo (rúa do Areal nº 46).

A hora de saída será comunicada por correo electrónico o venres anterior a cada ruta.

Información de interese

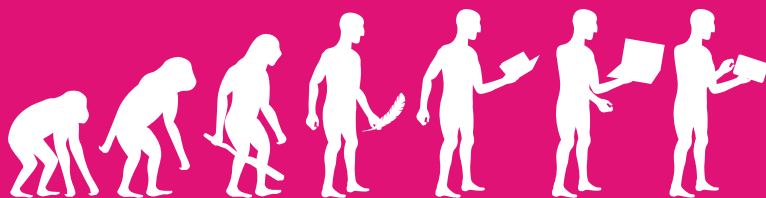
Equipo aconsellable: mochila pequena con chuvasqueiro, paraugas, apósitos para as bochas, muda completa e calcetíns, navalla, cantimplora ou similar e, a partir do mes de marzo, viseira ou gorra. Para todas as rutas, agás a 4, cada participante levará a súa comida (bocadillos, froita, froitos secos, bebidas, etc.).

Itinerarios para GPS, fotografías das ruta e información complementaria en:

Blog: <http://roteirosuvigo.blogspot.com/>

Facebook: *Roteiros Culturais da Universidade de Vigo*

Camiña e aprende!



Área de Benestar, Saúde e Deporte

Sección de Extensión Universitaria

Edificio Miralles

Campus Lagoas - Marcosende

Tfno.: 986 813 626

extension@uvigo.es

De luns a venres de 9.00 a 14.00 h

Consulta toda a información en:

www.deportes.uvigo.es

www.facebook.com/muversuvigo

twitter.com/MuversUvigo

instagram.com/muversuvigo/

youtube.com/c/MuversUvigo_

roteirosuvigo.blogspot.com

***Facebook: Roteiros Culturais da
Universidade de Vigo***

Área de Servizos á Comunidade de Pontevedra

Escola de Enxeñería Forestal

Campus A Xunqueira

Tfno.: 986 801 949

siop-pou@uvigo.es

De luns a venres de 9.00 a 14.00 h

Campus de Ourense

Pavillón Polideportivo Universitario

Campus A Lonia

Tel. 988 387 198

Fax 988 368 927

depor-ou@uvigo.es

Twitter: @SDUvigoOu

www.muvers.es