

RUTAS AO AIRE LIBRE

FEBREIRO 2025

RUTA DA HISTORIA



DATA: sábado, 15 de febreiro de 2025

HORARIO:

- **Quenda de mañá:** hora de inicio 10:00h
Hora prevista de finalización 14:00h

PUNTO DE SAÍDA:

Torreón dos Andrade:

<https://maps.app.goo.gl/zFGKADuHvhX8KFWe9>

PUNTO DE CHEGADA:

Torreón dos Andrade:

<https://maps.app.goo.gl/zFGKADuHvhX8KFWe9>



TELÉFONO DE CONTACTO (só para o día da ruta): 611 248 079

DESCRICIÓN:

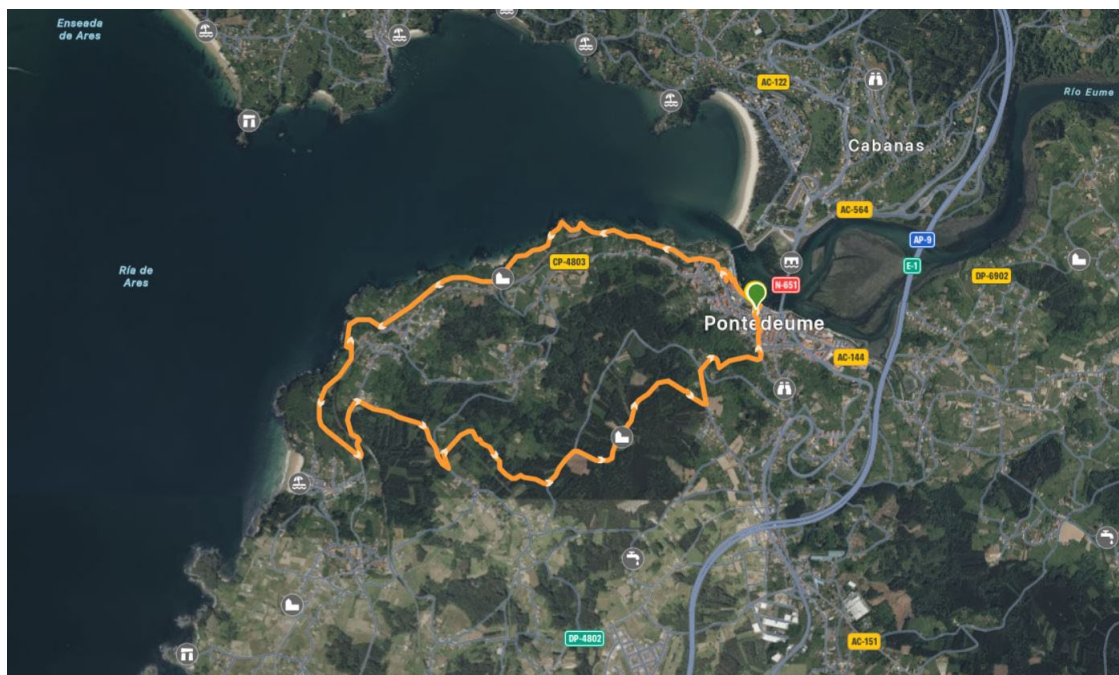
Esta ruta discorre polo Concello de Pontedeume, onde descubriremos monumentos e lugares, tanto históricos como naturais, moi importantes na evolución xeral da comarca. Saíndo desde o Torreón dos Andrade e os Xardíns de Lombardero, en dirección á estación do ferrocarril por camiños que discorren polo cantil e baixo un bosque de castiñeiros, carballos, espiños e outras árbores autóctonas. Seguiremos a costa para nos dirixir ao Castro de Castrelo e á fonte de Quintiá, un lugar que está cargado de lendas e maxia. Seguiremos ata a Capela de San Miguel na cima do monte Breamo, a partir de aquí o camiño discorre entre bosques e hortas, cruzadas, de cando en vez, por algunha pista ata chegar á rúa da Fonte Nova. Estaremos de volta en Pontedeume para visitar a Torre dos Andrade ao finalizar a nosa xornada.

NIVEL DE DIFICULTADE: dificultade media

DISTANCIA: 10,5 km

DURACIÓN APROXIMADA: de 3 horas 15 min, segundo a táboa. Grupo mínimo de 8 persoas e máximo de 35.

MAPA:



PERFIL:



DATOS MIDE

RUTA DA HISTORIA			
Horario	3h 15 min		 2 severidade no medio natural
desnivel de subida	362 m		 2 orientación no itinerario
desnivel de baixada	362 m		 2 dificultade no desprazamento
distancia horizontal	10,1Km		 3 cantidade de esforzo necesario
tipo de percorrido	Circular		
Condicións de todo o ano, tempos estimados segundo o criterio MIDE, sen paradas. Calculado sobre datos de 2025.			



COMO INTERPRETAR A LENDA MIDE	
	Medio. Severidade do medio natural 1 O medio non está exento de riscos 2 Hai máis dun factor de risco 3 Hai varios factores de risco 4 Hai bastantes factores de risco 5 Hai moitos factores de risco
	Itinerario. Dificultade de orientarse no itinerario 1 Camiños e cruzamentos ben definidos 2 Sendas ou sinalización que indica a continuidade 3 Esixe a identificación precisa de accidentes xeográficos e de puntos cardinais 4 Esixe técnicas de orientación e navegación fóra de traza 5 A navegación é interrompida por obstáculos que hai que bordear
	Desprazamento. Dificultade no desprazamento 1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por camiños de ferradura 3 Marcha por sendas dispostas en chanzos ou terreos irregulares 4 É preciso o uso das mans para manter o equilibrio 5 Require pasos de escalada para a progresión
	Esforzo. Cantidade de esforzo necesario 1 Ata 1 h de marcha efectiva 2 Máis de 1 h e ata 3 h de marcha efectiva 3 Máis de 3 h e ata 6 h de marcha efectiva 4 Máis de 6 h e ata 10 h de marcha efectiva 5 Máis de 10 h de marcha efectiva
<i>Calculado segundo os criterios do MIDE para un excursionista medio pouco cargado</i> <i>O MIDE está recomendado pola Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada (FEDME)</i>	