

RUTAS AO AIRE LIBRE

ABRIL 2025

MEIRÁS



DATA: sábado, 26 de abril de 2025

HORARIO:

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

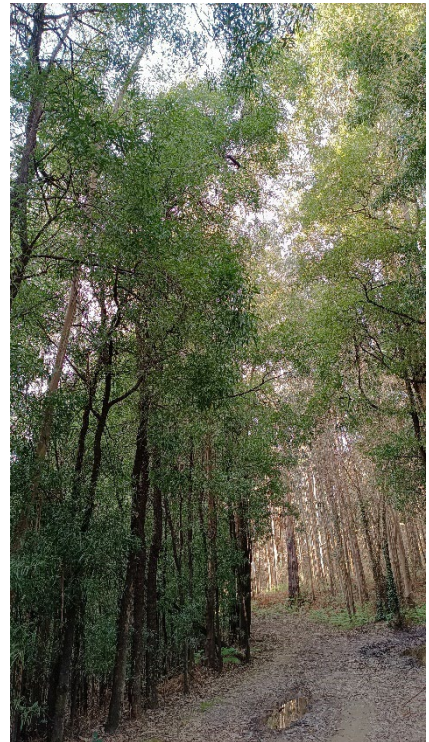
PUNTO DE SAÍDA:

Lugar Piñeiro, 32, 15168 Sada, A Coruña
<https://maps.app.goo.gl/vhXVDsGbBq2yMj7T9>

PUNTO DE CHEGADA:

Lugar Piñeiro, 32, 15168 Sada, A Coruña
<https://maps.app.goo.gl/vhXVDsGbBq2yMj7T9>

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



DESCRICIÓN:



Empezaremos a nosa ruta circular no pazo de Meirás e dirixirémonos cara ao litoral para realizar un cómodo itinerario entre pistas e carreiros que nos levará á costa de Veigue. Faremos unha breve parada na praia de San Pedro e regresaremos de volta ao noso punto de inicio, para visitar o pazo de Meirás, mandado construír pola escritora Emilia Pardo Bazán, quen residía alí durante varios meses ao ano. En 2008 foi declarado Ben de Interese Cultural e actualmente forma parte do patrimonio do Estado.

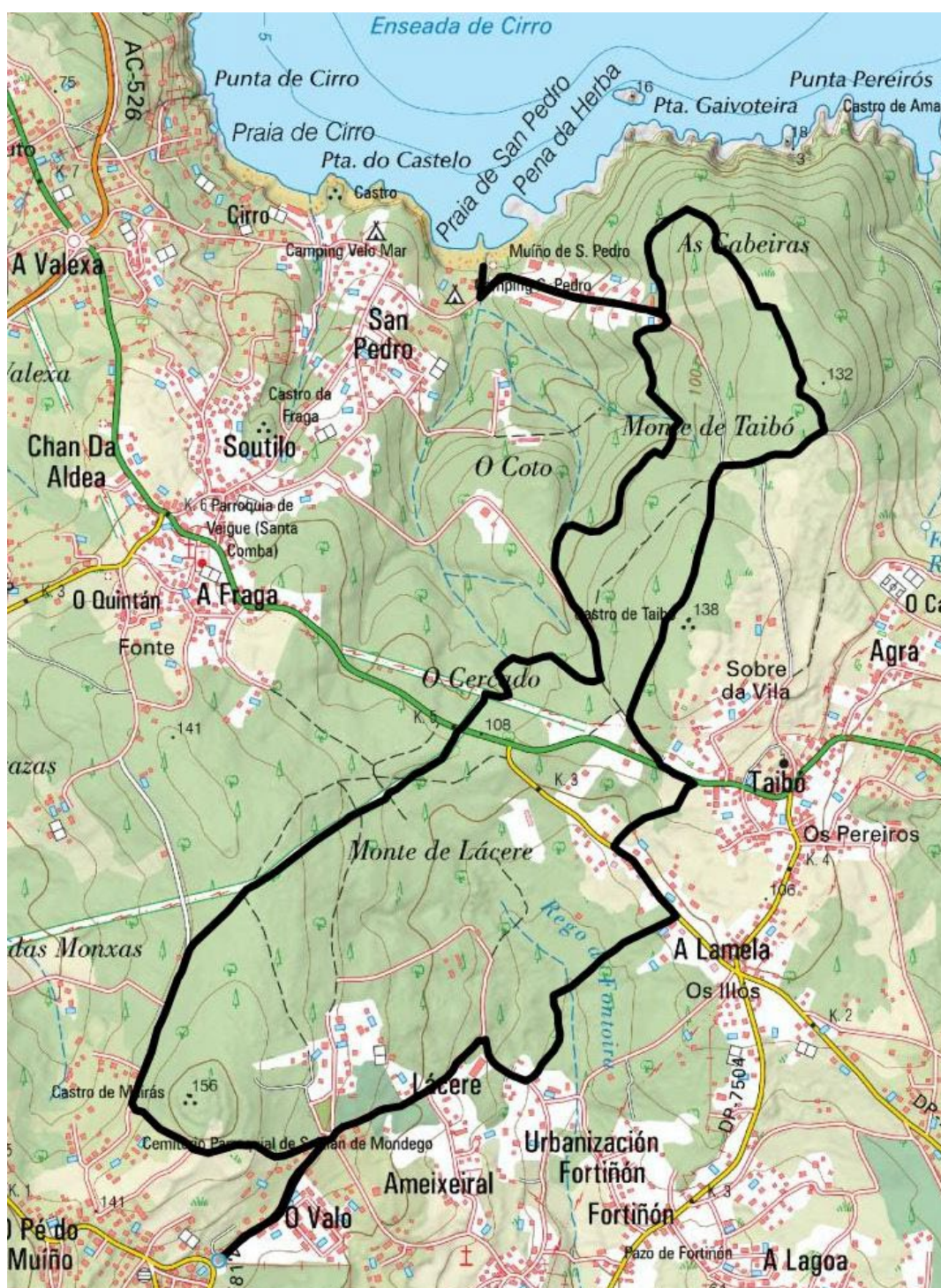
NIVEL DE DIFICULTADE: dificultade baixa.

DISTANCIA: 10,3 km

DURACIÓN APROXIMADA: de 3 h 20 min, segundo a táboa. Grupo mínimo de 8 persoas e máximo de 35.

MAPA:





PERFIL:



DATOS MIDE

MEIRÁS			
Horario	3h 20min		 1 severidade do medio natural
desnivel de subida	147m		 2 orientación no itinerario
desnivel de baixada	147m		 1 dificultade no desprazamento
distancia horizontal	10,3Km		 2 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>	