O PR-G 196 percorre a parroquia de San Miguel de Castro, dominada polo xacemento arqueolóxico do Coto e bañada polo río Ulla.

No inicio é de salientar a capela de Nosa Señora das Angustias, fundada en 1707 na Albergaría e trasladada en 1880 ao Seixo, así como o antigo Camiño Real polo que transcorre a Vía da Prata cara a Santiago de Compostela.

A igrexa románica de San Miguel de Castro figura na doazón que no ano 1115 fixo Dona Urraca á Igrexa de Santiago. Desta época conserva á ábsida e o arco triunfal. En 1904 descubríronse pinturas murais que cubrían as paredes da nave e da cabeceira, ocultas na actualidade baixo unha capa de cemento e a cal.

Ademais, destacan o miradoiro do castro, a hórrea de Prado e varias casas tradicionais, as pontes do tren de Gundián e a vexetación de ribeira do río Ulla.

Pontes de Gundián

Hórrea de Prado

Igrexa de San Miguel de Castro

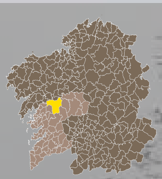
PR-G 196

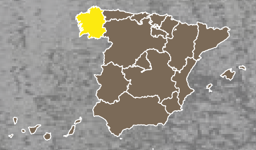
ruta de castro

Ruta sinalizada

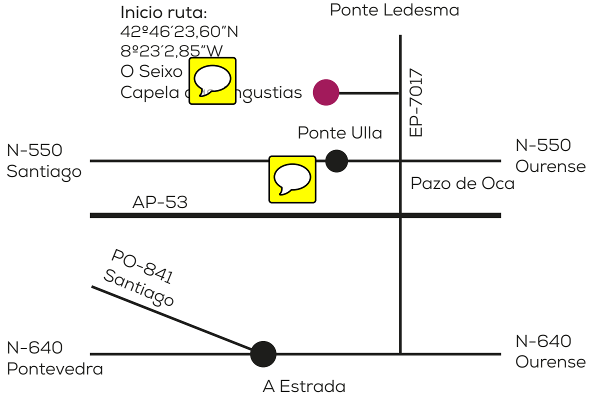
mapa
escala 1 : 15000

Concello da Estrada





- continuidade do sendeiro
- derivación
- cambio de dirección
- dirección equivocada



MIDE ruta de castro

horario	4 h
desnivel de subida	382 m
desnivel de baixada	382 m
distancia horizontal	11,20 km
tipo de percorrido	circular

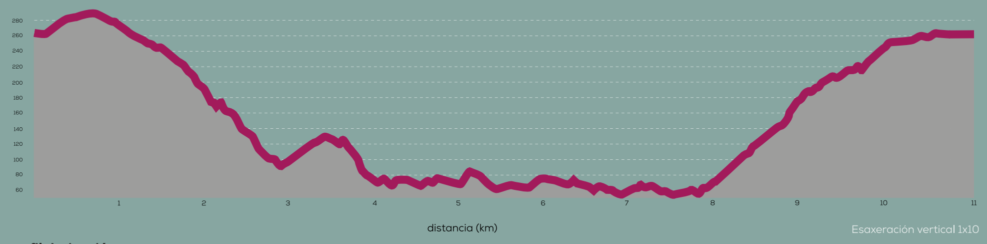
Cambios de cota e caudal do río Ulla

Condicións para todo o ano, tempos estimados segundo criterio MIDE, sen paradas. Atención ao caudal do río Ulla en epocas de chuvias continuadas

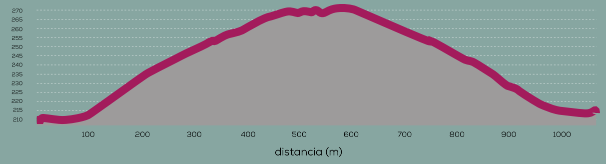
3	severidade do medio natural
2	orientación no itinerario
3	dificultade no desprazamento
3	cantidade de esforzo necesario

Cartografía: Folla 0121-1 © Instituto Geográfico Nacional

perfil ruta



perfil derivación



MEDIO Severidade do medio natural	1 O medio natural 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 encrucilladas 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 ... é interrompida por obstáculos que hai que bordear
DESPRAZAMENTO Dificultade no desprazamento	1 ... superficie lisa 2 ... camiños de ferradura 3 Marcha por sendas graduadas 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

Calculado segundo criterios MIDE para un excursionista medio pouco cargado

Puntos de Interese

1. Pontes de Gundián
2. Ribeira do Ulla
3. Castro e miradoiro
4. Camiño de Santiago
5. Igrexa de San Miguel de Castro

Sendeiro sinalizado
Ano de homologación 2016
Promotor Concello da Estrada
Entidade homologadora
Federación Galega de Montañismo

teléfono emerxencias
112

Descarga o track e infórmate sobre onde comer, durmir, que visitar... en www.turismo.aestrada.com
O Concello da Estrada trata de fomentar o turismo responsable. Goza da natureza sen alterala.

CONCELLARÍA DE SANIDADE, TURISMO E RELACIÓNS INSTITUCIONAIS
EXCMO. CONCELLO DA ESTRADA

FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
F. G. M.

PRG_196
Ruta de Castro
Ruta homologada no ano 2017