



SOCIEDAD DE MONTAÑA

ARTABROS

COÑECE E CAMIÑA

DOMINGO
23 DE ABRIL DE 2023
ruta dos castelos
ALFOZ (Lugo)

PRESENTACIÓN

Este domingo imos a percorrer unha parte do Valadouro, na Mariña de Lugo, no concello de Alfoz, que como palabra de orixe árabe significa distrito rural. Ten o título de vila dende 1220. Veremos tres dos lugares de máis interese do val como son, o Castelo dá Frouxeira, a Finca Galea e a Torre dá Homenaxe do Castrondouro.

Estas visitas obríganos a reducir a lonxitude habitual deste tipo de rutas, o que permitiranos gozar máis todo o día. O persoaxe máis importante deste val foi o Mariscal Pardo de Cela, axusticiado polos aspirantes ao trono de Castela, despois de ser asediado no Castrelo dá Frouxeira.

A Fortaleza da Frouxeira.

Foi edificado na parte máis outa do rochedo dá Pena dá Frouxeira (419 m), o que lle daba unha situación estratéxica case inexpugnable. Os primeiros datos dela datan do ano 1156. Foi edificado pola nobreza galega, ligada as guerras dos Irmandiños. Foi derruido no 1483 por orde dos Reis Católicos que esmagaron a revolta e axusticiaron ao Mariscal.

O Castrondouro.

E outro Castelo de Pardo de Cela, edificado nun outeiro que foi un antigo asentamento castrexo. Dende aquí controlábase as beiras do río Ouro. Hoxe so queda a Torre do Homenaxe, que é utilizado como centro cultural e de exposicións. Pegada a torre está a capela de San Salvador, do XV con uns frescos de gran valor artístico. Di unha lenda que existiu un pasadizo segredo entre os dous castelos.

A Finca Galea.

Trátase dun veterano establecemento de turismo rural, que conta tamén cun espazo para celebración de vodas e banquetes, e unha enorme finca convertida en Museo Etnográfico dá Auga.

A RUTA.

Comezará na aldea de Vilacizal, para facer unha curta pero forte ascensión (por unha pista medio asfaltada) ata o cumio dá Frouxeira, onde poderemos ver os restos do Castelo. Se o tempo acompaña, botaremos un bo tempo gozando das magníficas vistas e facendo fotos. Logo seguiremos por unha pista en forte baixada ata o

val para chegar o río Ouro, xantando na aldea de Santo Antonio, cun pequeno bar.

Pola tarde, a carón do río chegaremos a Finca Galea, na que poderemos visitar os seus xandins, con varios muiños, un batán, e unha chea de fermosas esculturas feitas con materiais naturais. Para rematar, quedaranos chegar a torre Castrondouro, o emblema do concello, onde antes estivo un importante asentamento castrexo.

Remataremos sobre as 18 h no núcleo da Seara, onde esperaranos ou bus.

Recomendamos levar bo calzado e bastóns, para o tramo final da subida, e parte máis pendente dá baixada.

MIDE

RUTA DOS CASTELOS - ALFOZ (Lugo)

horario	5 H		1	severidade del medio natural
desnivel de subida	448 m		1	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	592 m		2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	12,5 km		2	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía			

Condiciones de todo el año, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.

Calculado sobre datos de 2023.

AS SEGUINTE ROTAS SON:

26 de abril. Veteranos Activos. Fraga e Lago de As Pontes (A Coruña)

7 de Maio. Campaña Coñece e Camiña. Taramundi (Asturias)

10 de Maio. Veteranos Activos. De Ares a Chanteiro. Visita ao Museo Naval de Ferrol.

21 Maio. Campaña Coñece e Camiña. Bosque de Secoias. Combarro (Pontevedra)



