

A photograph of a hiker walking away from the camera on a rocky, grassy mountain slope. The hiker is wearing a dark jacket, light pants, and a backpack. The terrain is uneven with patches of yellow flowers and green vegetation. The background shows more of the mountain range under a clear sky.

Montañismo

SIERRA DEL CAUREL (LUGO)

30 Y 31 DE ENERO 2026
1 FEBRERO 2026



SOCIEDAD DE MONTAÑA

ARTABROS

— DESDE 1974 —

CONTACTO:
609 20 62 07 (NOLO)
605 26 00 05 (VARELA)

INTRODUCCIÓN

Los días **30 y 31 de enero y 1 de febrero**, nos deslazaremos a la **Sierra del Caurel**, situada al sureste de Lugo entre las comarcas de O Cebreiro y Valdeorras, será escenario de una nueva actividad de montaña.



DESCRIPCIÓN

De forma habitual, la sección de montaña no se desplazaba a la sierra del Caurel, ya que sus cumbres presentan un relieve suave y redondeado, alejado del carácter alpino tradicional. No obstante, con el tiempo se ha reconocido que algunas actividades en este entorno tienen un claro enfoque montañoso, determinado por el itinerario de ascenso, la dificultad del terreno y la exigencia física de las rutas, lo que justifica su inclusión en la programación de montaña.



SIERRA DEL CAUREL

La Sierra del Caurel será la protagonista de una próxima actividad de fin de semana en uno de los **espacios naturales más singulares de Galicia**. La propuesta permitirá acercarse a un territorio de gran personalidad geológica, con el **Formigueiros y Píapaxaro como objetivos del recorrido**.

Este macizo montañoso se caracteriza por su relieve antiguo, formado por montañas suavemente redondeadas que han sido profundamente disectadas por una densa red fluvial. Los ríos Selmo, Soldón y Lor han excavado estrechos valles encajados que configuran un paisaje abrupto y de gran belleza. Entre sus cumbres más representativas destacan el Formigueiros y el propio Píapaxaro, que centrarán parte de la actividad prevista.

La sierra del Caurel posee un altísimo valor ecológico, resultado de la combinación de influencias euroasiáticas y mediterráneas. A pesar de ocupar apenas el 2 % del territorio gallego, alberga **más del 90 % de las especies vegetales presentes en Galicia**, superando las mil especies de plantas catalogadas. Especial relevancia tienen los bosques orientados al norte donde prosperan castaños, avellanos y robles, mientras que en las zonas de mayor altitud aparecen tejos, acebos y hayas, constituyendo algunos de los hayedos más occidentales de Europa.

La **fauna del Caurel** es igualmente destacada. En la sierra se han identificado más de **160 especies de vertebrados**, con una presencia cada vez más habitual del oso pardo, además de especies emblemáticas como el lobo, el corzo, la marta, el tejón y el gato montés. En cuanto a las aves, sobresale el águila real, que nidifica en las paredes superiores de la Devesa de Paderne, junto a rapaces como el azor o el búho real, y una notable abundancia de chovas.

FORMIGUEIROS

Sábado 31 de Enero

El Formigueiros, **cota más alta de la sierra**, se ascenderá desde Moreda por la exigente arista noroeste, con fuerte pendiente y alguna pequeña trepada. El descenso se realizará por la vía normal, atravesando la Devesa de Rogueira, el **bosque de mayor valor ecológico del Caurel**.



MIDE

Formigueiros desde Moreda

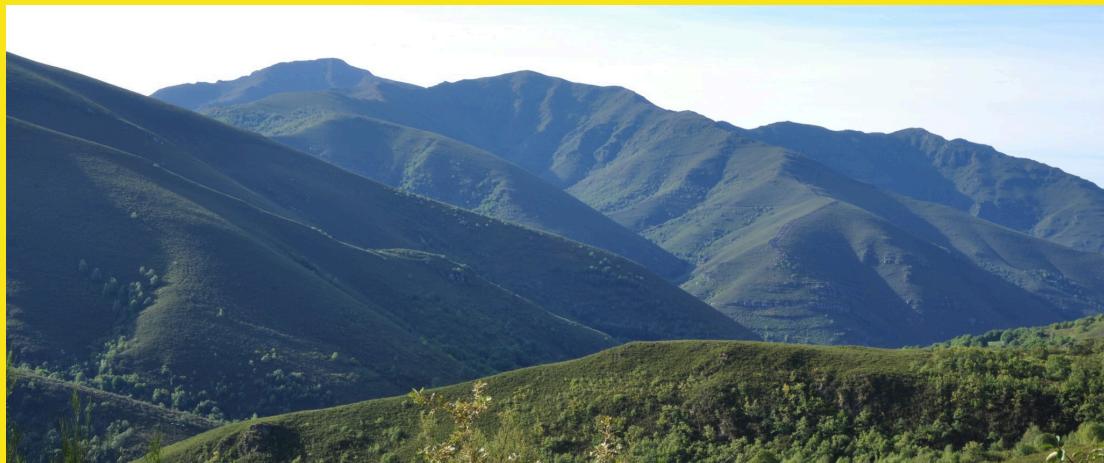
horario	6h 01'		4	severidad del medio natural
desnivel de subida	980 m		2	orientación en el itinerario
desnivel de bajada	980 m		3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	12,0 Km		3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular			



PIAPAXARO

Domingo 1 de Febrero

Ruta montañera de alta exigencia en la Sierra do Courel, con salida desde Ferreirós de Abaixo y ascenso al Piapaxaro por la arista de Penaboa. Presenta un tramo conocido como el “kilómetro vertical”. Atraviesa bosques atlánticos y zonas muy empinadas, y ofrece vistas destacadas de valles y montañas.



MIDE

Pía Páxaro desde Ferreirós por Penaboa

horario	5h 48'		4	severidad del medio natural
desnivel de subida	880 m		3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	880 m		4	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	12,0 Km		3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular			



ALOJAMIENTO

Nos alojaremos en el Albergue De Folgoso Do Courel, situado en Folgoso de Caurel. El albergue destaca por un ambiente cálido y familiar, con instalaciones bien cuidadas, limpias y confortables. Ofrece espacios comunes, dormitorios (literas) y baños, con calefacción central, lo que lo hace cómodo tanto en verano como en épocas más frías. Dispone de cocina con nevera, microondas, cafetera, vajilla y ropa de cama. Además de todo esto, admite perros.



DESPLAZAMIENTO

El desplazamiento se realizará en vehículos particulares.

La coordinación de plazas se gestionará mediante un grupo de WhatsApp del evento.

PROGRAMA



El viernes se realizará la presentación.

El sábado está prevista la ascensión a Formigueiros desde Moreda.

El domingo se ascenderá a Piapaxaro por Penaboa desde Ferreirós.

RESTAURANTES CERCANOS

Mesón o mirador ([link google maps](#))

CÓMO LLEGAR Y ACCESO

Albergue De Folgoso Do Courel ([link google maps](#))

A escasos metros del albergue encontrarás una pista de hormigón.

INCLUYE

Actividades de montañismo

Alojamiento en “Albergue De Folgoso Do Courel” (2 noches)

Seguro de actividad

Guías titulados

NO INCLUYE

Desayunos, comidas y cenas (disponibles cocina y restaurante)

Transporte

ROPA DE CAMA

La ropa de cama está incluida (sábanas y manta).

TOALLAS

Toallas solo hay una por baño, no por persona, así que cada uno debería traer la suya.

MATERIAL

Teléfono móvil cargado

Linterna frontal

ROPA

Botas de montaña

Guanteros

Gorro

Gafas de sol

Buff o braga

Pantalón de montaña

Calcetines adecuados

Camiseta sintética (no algodón)

Chaqueta acolchada, forro polar o softshell

Chaqueta impermeable y cortavientos

GRUPO

Máximo 20 plazas disponibles: alojadas en literas.

PRECIO

60€

Socios (Artabros Sociedad Montaña)

80€

No socios (Artabros Sociedad Montaña)





SOCIEDAD DE MONTAÑA

ARTABROS

DESDE 1974

CONTACTO:
609 20 62 07 (NOLO)
605 26 00 05 (VARELA)