
Montañismo
SERRA DO CAUREL
15, 16 Y 17 DE ENERO DE 2026
CONTACTO:
609 20 62 07 (Nolo)

SERRA DO CAUREL

La Serra do Caurel, Geoparque Mundial por la Unesco, se encuentra en el sureste de Lugo y discurre de noreste a suroeste entre las comarcas del Cebreiro y Valdeorras. La integran una serie de montañas antiguas, surgidas en el Terciario, muy redondeadas por la erosión .Están formadas principalmente de pizarras, cuarcitas y caliza. Los valles son profundos y muy encajados, formando numerosos barrancos que tributan a los ríos Sor y Selmo , que la delimitan geográficamente. Existe un gran contraste entre las zonas altas , planas y cubiertas de matorral , y los valles, muy abruptos y encajados , con abundancia de bosque autóctono.

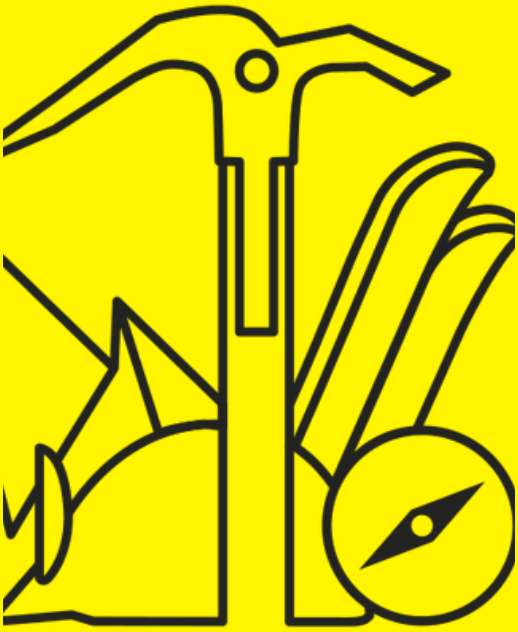
También tiene un enorme valor ecológico por la suma de varios factores, aquí confluyen ecosistemas atlánticos y mediterráneos , hay una gran gradiante altitudinal y por el buen estado general de conservación debido a la escasa contaminación y población humana.

En apenas un dos por ciento de la superficie de Galicia se reúnen mas del noventa por ciento de sus especies vegetales, y en poco espacio encontramos alcornoques y encinas (vegetación mediterránea) y tejos, acebos y hayas (de latitudes más norteñas),

Asimismo es uno de los refugios faunísticos de Galicia , con presencia de unos 160 vertebrados, incluyendo oso, lobo ,gato montés y águila real como especies más valiosas (por escasas) a destacar.

No se queda atrás su valor etnográfico,con una arquitectura y costumbres marcadsas por los rigores del clima y a su difícil orografía . Las aldeas, muy agrupadas y con las viviendas conectadas por aleros y pasadizos elevados son las más pintorescas de Galicia.

Con un terreno poco propicio para la grandes explotaciones ganaderas o agrícolas sufre una fuerte despoblación , apenas amortiguada por un tímido sector turídtico.





LA ACTIVIDAD

En esta ocasión tendremos como base el valle del río Selmo, en la cara sur de la sierra, un valle mucho más aislado y deshabitado (menos de cien habitantes sumando las diferentes aldeas) con respecto a la parte norte, el del río Sor, donde se asientan Seoane y Folgoso, sus principales poblaciones.

Nos alojaremos en el **refugio** que la federación gallega tiene en A Seara, la aldea emblema de la sierrra. Desde son accesibles las cumbres principales, el Formigueiros, Pía Paxaro y el Montouto (desplazado del eje principal de la sierra, pero de identidad caureliana.

Aunque las alitudes son modestas ,en invierno es habitual que la nieve cubra la sierra y puede ser preciso el uso de raquetas (muy raramente es necesario usar piolet y crampones para las rutas “normales”).





PROGRAMA

Viernes 15 de Enero:

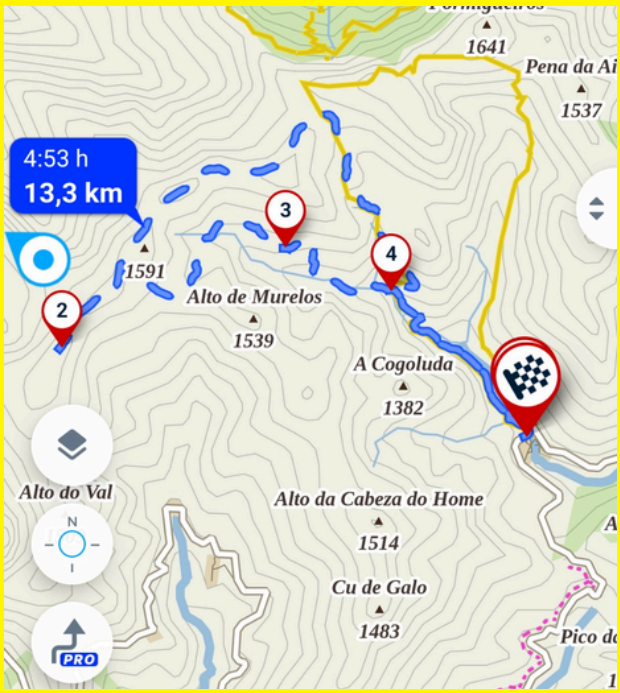
Por la tarde noche llegamos al el refugio de la federación en A Seara.27328 A Seara, Lugo

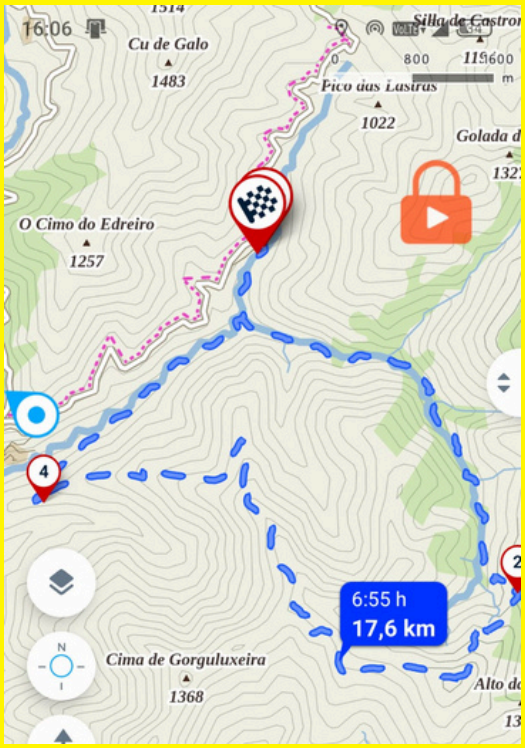
Sábado 16 de Enero :

Nos desplazamos hasta la cercana aldea do Mazo para subir al pico Montouto, sin dificultad técnica.

Domingo 17 de Enero :

Salimos a pie del refugio para subir el Piapaxaro pasando por la laguna de Lucenza





MIDE				MONTOUTO
horario	7h 55'		4	severidad del medio natural
desnivel de subida	1000 m		3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	1000 m		3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	17,5 Km		4	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		20	pendiente de nieve

Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.

Calculado sobre datos de 2026.

MIDE				PIA PAXARO
horario	4h 40'		4	severidad del medio natural
desnivel de subida	650 m		3	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	650 m		3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	13,3 Km		3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		20	pendiente de nieve

Condiciones de invierno, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.

Calculado sobre datos de 2026.

ALOJAMIENTO

Nos alojaremos en el estupendo refugio libre que tiene la federación gallega de montañismo en A Seara. Tiene literas corridas, comedor con chimenea , ducha caliente y cocina(sin fuego). Hay que llevarse por tanto saco de dormir, toallas y hornillo .



GRUPO

- Maximo 1 2personas

INCLUYE

- Actividades de montañismo
- Seguro
- Guía titulad0
- Alojmiento

NO INCLUYE

- Transporte (nos ponemos de acuerdo para ir en nuestros coches)
- Comidas , desayunos ni cenas. Se puede cenar en el refugio o en la casa de comidas (Casa Carrete) que hay en la misma aldea.

PRECIO

- Socios FEDERADOS 40 euros, NO FEDERADOS 50 euros (los refugios de la federación gallega hacen descuento a federados)
- No socios 85 euros
- El plazo para apuntarse no socios empieza el 30 de Diciembre