Ven e Sinte...

A senda da fraga do Barragán é un percorrido vinculado á auga e ao seu aproveitamento.
Se o camiñas, gozarás dunha fantástica fraga con carballos centenarios, en mestura con outras especies creando un espacio cheo de vida, que pode considerarse o máis importante bosque oceánico caducifolio da provincia de Pontevedra
Poderás camiñar sobre pontes, pontellóns, pasos, levadas... ou traer o cereal para facer unha muiñada nalgún dos doce muiños recuperados.
Sentirás un mundo máxico, poboado de seres fantásticos, que se manifestan nas numerosa lendas e cantigas que se foron transmitindo ao longo do tempo de xeración en xeración, ou converterte nun habitante do monte da cidade, un poboado agrogandeiro do século XVII.
Recomendámosche que veñas e que sintas...

Como chegar...

Ven e Sinte...

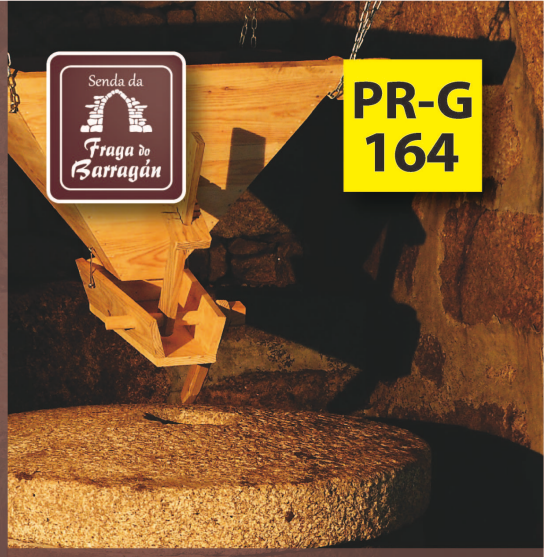
a nosa auga, a nosa historia, a nosa cultura...

www.sendadobarragan.com

PR-G 164
Senda da Fraga do Barragan

Emerxencias: 112 (SOS GALICIA) Se ves *lume chama* ó **085**

Fotos: Álvaro M. Leiro



Senda da Fraga do Barragán

PROMOTORES:
CMVMC de Traspielas
CMVMC de Calvos
CMVMC de Moscoso
CMVMC de Xunqueiras

www.sendadobarragan.com

Fotos: Álvaro M. Leiro

RUTA SINALIZADA

MIDE	
1	HORARIO	4:45 min
2	DESNIVEL SUBIDA	298 m.
2	DESNIVEL BAJADA	295 m.
	DISTANCIA HORIZONTAL	17.34 km
3	TIPO DE RECORRIDO	Circular
	TODO EL AÑO	

MIDE (Método de Información De Excursiones)

MIDE es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección.

Medio Severidad del medio natural
1. El medio no está exento de riesgos
2. Hay más de un factor de riesgo
3. Hay varios factores de riesgo
4. Hay bastantes factores de riesgo
5. Hay muchos factores de riesgo

Itinerario Dificultad de orientarse en el itinerario
1. Caminos y cruces bien definidos
2. Sendas o señalización que indica la continuidad
3. Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales
4. Exige técnicas de orientación y navegación fuera de trazado
5. La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear

Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento.
1. Marcha por superficie lisa
2. Marcha por caminos de herradura.
3. Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares
4. Es preciso el uso de las manos para mantener el equilibrio
5. Requiere pasos de escalada para la progresión

Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario
1. Hasta 1h. de marcha efectiva
2. Más de 1h. y hasta 3h. de marcha efectiva
3. Más de 3h. y hasta 6h. de marcha efectiva
4. Más de 6h. y hasta 10h. de marcha efectiva
5. Más de 10h. de marcha efectiva

Calculado según criterios MIDE para un excursionista medio poco cargado.