

CONCELLO  
DE VIGO



# IV andaina polos montes de Vigo

## 28 maio 2017



A **IV andaina polos montes de Vigo** é unha iniciativa do **Concello de Vigo** en colaboración coa **Mancomunidade de Montes de Vigo** dirixida a divulgar o uso recreativo do monte, un patrimonio natural colectivo que no caso do concello acada o 17% do territorio e que está surcado pola **rede de sendeiros locais de Vigo**. Nestes momentos estes sendeiros superan os 128 km incluíndo tanto o Sendeiro panorámico de Vigo (GR-53) como os oito sendeiros locais trazados ata o momento (Saiáns, Coruxo, Matamá-Comesaña, Valladares, Zamáns, Bembrive-Beade, Cabral e Candeán).



A **IV andaina polos montes de Vigo** é unha actividade non competitiva que se desenvolve en espazo aberto e no que se poden contemplar espazos naturais singulares, patrimonio etnográfico e vistas panorámicas que habitualmente se contemplan ao camiñar polo monte. O traxecto divídese en tres tramos e cada participante poderá escoller percorrido entre catro combinacións posibles. Ademais, este ano incorpóranse actividades multiaventura para a familia e unha ruta adaptada para persoas con mobilidade reducida.

### Tramos

**Tramo 1: variante da Senda panorámica de Vigo (GR-53).** Vigozoo – Parque Forestal de Vixiador (Candeán) – Parque Forestal de Bandeira (Cabral) – Área Recreativa de Baladas (Cabral) – IFEVI – Parque Forestal de Cotogrande (Cabral) – Gorxal – Rotonda do Rebullón – Área Recreativa do Pouso (Bembrive).

Distancia: 20 quilómetros. Duración: 4 horas 45 minutos (estimación media). Conecta co tramo 2. Convocatoria: Praza do Rei, 07:00. Inicio estimado: 8:15 en Vigozoo.

**Tramo 2: variante do Sendeiro local de Bembrive-Beade.** Área Recreativa do Pouso (Bembrive) – Aldea da Fraga (Bembrive) – Fonte de Friales (Beade) – Alto de Quintiáns (Beade) – Parque Forestal de Beade.

Distancia: 8,9 quilómetros. Duración: 2 horas (estimación media). Conecta co tramo 3. Convocatoria: Praza do Rei, 08:30. Inicio estimado: 9:30 en Área Recreativa do Pouso.

**Tramo 3: percorrido circular ao redor do CUVI.** Parque Forestal de Beade – Montes de Sobreira (Valladares) – Parque infantil de Zamáns (debaixo da rotonda do Cuvi) – Montes de Zamáns – Lagoas CUVI – Parque Forestal de Beade.

Distancia: 11,2 quilómetros. Duración: 3 horas (estimación media). Convocatoria: Praza do Rei, 10:00. Parque Forestal de Beade: 10:30. Inicio estimado: 11:30 en Parque Forestal de Beade.

### Percorridos

**Percorrido 1. Andaina completa** (40,1 quilómetros, 9 horas 30 minutos): Tramo 1 + Tramo 2 + Tramo 3.

Recomendación: para sendeiristas de longa travesía e deportistas de fondo. Dificultade: moi alta. Observación: prosigue despois da hora do xantar.

- Respecto aos demais participantes e ás indicacións dos membros da organización.
- Respecto ao medio ambiente tirando os desperdicios nos contedores habilitados e respectando a flora e fauna que se atope.

### Regulamento da andaina:

- Inscripción da andaina:** presupón a aceptación do seu regulamento e das condicións establecidas na ficha de inscrición. O non cumprimento do regulamento pode supor a suspensión da participación.
- Control de saída:** terá lugar na Praza do Rei presentando a tarxeta de participante segundo os horarios establecidos no cadro previo. De cara a facilitar a maior participación posible de familias, para o control de saída da Andaina curta, os/as participantes poderán levar os coches directamente ao PF de Beade, tendo que indicalo así na ficha de inscrición.
- Percorridos:** cada participante configurará o percorrido que máis lle interese segundo o esquema recollido anteriormente. Por motivos organizativos, aqueles participantes que opten por realizar o Percorrido 1, despois de comer terán que pasar por un control de saída establecido a tal efecto.
- Peche da andaina:** a medida que se remate o tramo ou tramos escollidos no Parque Forestal de Beade, rematará a actividade organizada. Os/as participantes a partir dese momento poden desfrutar da estadia no parque ata o momento de retorno nos autobuses habilitados, que irán saíndo nos horarios previstos e a medida que se vaian completando. Tamén poderán retornar por medios propios.

### Inscripción ata o 25 de maio, de dous xeitos:

**1. Casa da Xuventude** (López Mora, 31), en horario de 9 a 14 horas e 17 a 20 horas.

**2. El Corte Inglés**, sección Deportes (5º andar).

- Cubrirase a ficha de inscrición\* e abonaranse 2 euros (1 euro para menores de 12 anos).

\*Os participantes no programa "Camiño a Camiño" da Concellería de Medio Ambiente que teñan carné non precisarán cubrir a ficha de inscrición na Casa da Xuventude pero si en El Corte Inglés.

- Coa inscrición entregarase a **tarxeta de participación** e un vale para recoller ata o día 25 de maio a **camiseta conmemorativa** da IV andaina polos montes de Vigo, cortesía de **El Corte Inglés**.

- O mesmo día da andaina, no control de saída, presentando a tarxeta de participación, entregarase aos participantes un **kit con material de abastecemento e promocional**, cortesía de **Eroski-Center**.



Máis info: [info@caminoacaminovigo.org](mailto:info@caminoacaminovigo.org)  
Telf. andaina: 608 046 047



**Percorrido 2. Andaina media 1** (28,9 quilómetros, 6 horas 45 minutos): Tramo 1 + Tramo 2.

Recomendación: para sendeiristas de travesía e deportistas de fondo. Dificultade: alta. Observación: remátase na hora do xantar.

**Percorrido 3. Andaina media 2** (20,1 quilómetros, 5 horas 30 minutos): Tramo 2 + Tramo 3.

Recomendación: para sendeiristas e deportistas en xeral. Dificultade: media. Observación: remátase na hora do xantar.

**Percorrido 4. Andaina curta** (11,2 quilómetros, 3 horas): Tramo 3.

Recomendación: para todos os públicos, particularmente familias con menores. Dificultade: baixa. Observación: remátase na hora do xantar.

### Actividades multiaventura para as familias:

Como novidade nesta **IV andaina polos montes de Vigo**, as familias con menores van a ter un espazo para pasar todo o día realizando actividades na natureza.

Escomezase cunha **pequerruta** arredor do Parque Forestal de Beade. Para realizar esta actividade é preciso **inscribirse no percorrido curto da Andaina**, podendo optar por saír da Praza do Rei ou por incorporarse directamente no parque forestal para facer o proceso de control.

Ao rematar a pequerruta poderase facer un **circuíto de multiaventura** con escalada, tirolina e outros xogos. O circuíto estará aberto ata as 18:00 para todos aqueles participantes na Andaina que estean interesados. É requisito imprescindible presentar a tarxeta de participante para poder participar nestas actividades.

### Ruta adaptada para persoas con mobilidade reducida:

Dentro do programa de actividades que a **Concellería de Medio Ambiente** ten programadas para persoas con mobilidade reducida incorpórase un tramo adaptado dentro do percorrido curto. Neste tramo empregárase as tres sillas que permiten realizar esta actividade. Para realizar esta actividade é preciso **inscribirse no percorrido curto da Andaina**.

### Combinación de Tramos e Percorridos

Percorrido	Horario			Tramo 1	Tramo 2	Tramo 3	TOTAL		Autobús retorno
	Pza. Rei	Autobús	Inicio				km	Tempo	
1. Completa	7:00	7:30	8:15	20	8,9	11,2	40,1	9h 30m	18:00/19:00
2. Media 1	7:00	7:30	8:15	20	8,9		28,9	6h 45m	
3. Media 2	8:30	9:00	9:30		8,9	11,2	20,1	5h 30m	
4A. Curta	10:00	10:30				11,2	11,2	3h	16:30
4B. Curta	En PF Beade	10:30				11,2	11,2	3h	18:00
4C. Pequerruta e Multiaventura*			11:30	Actividade familiar ata as 18:00					19:00
4D. Ruta Adaptada*				Actividade para persoas con mobilidade reducida					

\*Inscripción como Percorrido curto da Andaina

### Recomendacións para a andaina:

- Roupa cómoda e calzado axeitado (que suxeite o pé e evite esbarrar), con medias de mestura, así como gorro, protección solar e bastón de sendeirista.
- Hidratación constante e facer uso dos abastecementos previstos (proporcionárase auga, bebida isotónica, froita e galletas, así como unha ración de empanada ao final).
- Xantar: cada participante terá que levar a súa propia comida ou adquirila nos servizos de restauración habilitados. A organización unicamente proporcionará abastecemento de peche.
- Emprego dos servizos sanitarios habilitados nos distintos puntos de abastecemento.



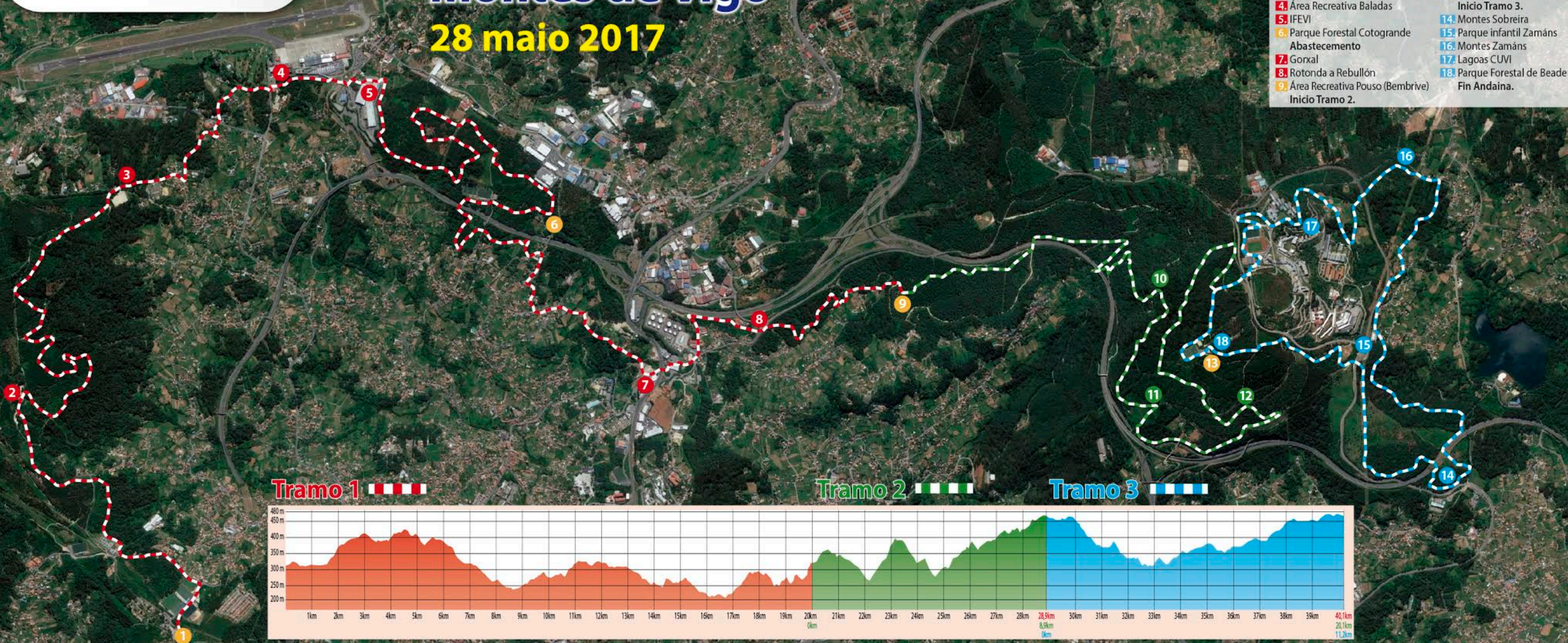


# IV andaina polos montes de Vigo

28 maio 2017

## Puntos de interese

- |                                     |                              |
|-------------------------------------|------------------------------|
| 1. Vigozoo                          | 10. Aldea da Fraga           |
| 2. Parque Forestal do Vixiador      | 11. Fonte de Friales         |
| 3. Parque Forestal de Bandeira      | 12. Alto de Quintiáns        |
| 4. Área Recreativa Baladas          | 13. Parque Forestal de Beade |
| 5. IFEVI                            | Inicio Tramo 3.              |
| 6. Parque Forestal Cotogrande       | 14. Montes Sobreira          |
| Abastecemento                       | 15. Parque infantil Zamáns   |
| 7. Gorxal                           | 16. Montes Zamáns            |
| 8. Rotonda a Rebullón               | 17. Lagoas CUVI              |
| 9. Área Recreativa Pouso (Bembrive) | 18. Parque Forestal de Beade |
| Inicio Tramo 2.                     | Fin Andaina.                 |



Tramo 1

Tramo 2

Tramo 3



**PERCORSO 1: Andaina Completa**  
40,1 km, 9h 30m (estimación)  
07:00 Praza do Rei. Control de saída e autobús  
08:15 Saída. Vigozoo  
11:00 P.F. Cotogrande. Abastecemento.  
12:35 A.R. do Pouso. Abastecemento.  
14:55 P.F. Beade(1º pase). Abastecemento/Xantar.  
16:45 Parque Infantil Zamáns.  
17:45 P.F. Beade (remate). Abastecemento.  
18:00/19:00 Regreso autobús

**PERCORSO 2: Andaina Media 1**  
Vigozoo –A.R. O Pouso -P.F. Beade  
28,9 km, 6h 45m (estimación)  
07:00 Praza do Rei. Control de saída e autobús  
08:15 Saída. Vigozoo  
11:00 P.F. Cotogrande. Abastecemento.  
12:35 A.R. do Pouso. Abastecemento. **Inicio Tramo 2**  
14:55 P.F. Beade. Xantar.  
16:30/18:00/19:00 Regreso autobús

**PERCORSO 3: Andaina Media 2**  
A.R. O Pouso –P.F. Beade –CUVI –P.F. Beade  
20,1 km, 5h 30m (estimación)  
08:30 Praza do Rei. Control de saída e autobús  
09:30 Saída. A.R. O Pouso  
12:25 P.F. Beade (1º pase). Abastecemento. **Inicio Tramo 3**  
13:55 Parque Infantil Zamáns.  
14:55 P.F. Beade (remate). Xantar.  
16:30/18:00/19:00 Regreso autobús

**PERCORSO 4: Andaina Curta**  
P.F. Beade –CUVI –P.F. Beade  
11,2 km, 3h (estimación)  
10:00 Praza do Rei. Control de saída e autobús  
10:30 P.F. Beade. Control de saída (acceso en coche)  
11:30 Saída. P.F. Beade  
12:45 Parque Infantil Zamáns.  
13:55 P.F. Beade (remate). Xantar.  
16:30/18:00/19:00 Regreso autobús

**Actividade Multiaventura Familiar**  
Pequerruta, escalada, tirolina, xogos  
**Ruta adaptada para persoas con mobilidade reducida**  
10:00 Praza do Rei. Control de saída e autobús  
10:30 P.F. Beade. Control de saída (acceso en coche)  
11:30 Saída Pequerruta - Ruta adaptada. P.F. Beade  
11:30-18:00 Circuito multiaventura  
16:30/18:00/19:00 Regreso autobús

