



## INFORMACIÓN XERAL ROTEIROS GUIADOS POLAS ILLAS CÍES Concello de Soutomaior

Os roteiros polas Illas Cíes forman parte do programa municipal “**Roteiros medioambientais GUIADOS: coñece o teu Concello e arredores 2018**” que organiza o Concello de Soutomaior a través da Concellería de Educación (Soutomaior). Os obxectivos do programa son coñecer os valores medioambientais do noso Concello e tamén do noso entorno máis próximo, promover o senderismo como medio para estar en forma e aprender un pouco máis sobre a natureza e patrimonio que nos rodea para educar en valores de respecto e coidado á natureza.

**DATA:** DOMINGO 16 DE SETEMBRO

**IDADES:** todas. Ter en conta a tipoloxía da actividade.

**HORARIOS:** saídas e chegadas en autobús para todas as persoas inscritas

Saída                    09:15 H Casa do Concello                    09:30 H Cruce de Pierres

Chegada                21:15 H Casa do Concello                    21:30 H Cruce de Pierres

### **CUSTE:**

Ata 12 anos de balde.

A partir de 13 anos - 12€ empadroados-as / 17€ non empadroados/as

**DOCUMENTACIÓN:** ficha de inscrición + fotocopia de DNI

**Máis información** na OMIX no teléfono 986 700 822 ou en [educacion@soutomaior.com](mailto:educacion@soutomaior.com)

**INSCRICIÓN ATÁ O 12 DE SETEMBRO EN LIÑA** a través da web [www.gabinetesoutomaior.com](http://www.gabinetesoutomaior.com) ou [www.soutomaior.com](http://www.soutomaior.com)

**PROGRAMA DA XORNADA:** A actividade consistirá en realizar dous roteiros pero nesta ocasión serán pola Illa de Cíes para tratar aspectos naturais pero tamén culturais, xa que a illa tivo poboación nalgún momento. Durante a xornada non se camiñará todo o día senón que haberá descansos e tempo libre.

### **10.30 Saída EN BARCO desde Cangas.**

11.30 chegada a Cíes

### **12.00 ROTEIRO DO FARO.**

Neste roteiro subiremos ó punto accesible máis alto das illas Cíes a 175m de altura. No noso camiño pasaremos polo lago natural onde veremos unha gran variedade de peixes e bosques de algas. Desviarémonos do camiño principal para visitar a Pedra da Campá e o observatorio de aves. Xa na última parte de camiño ó faro, veremos crías de gaivota patiamerela que aniñan na subida, se fai moito calor os lagartos arnais saldrán ao sol e veremos nos baixos dos cantís os corvos mariños voando a gran velocidade. Dende o faro de Cíes, hoxe en día en funcionamento disfrutaremos dunha vista panorámica da Ría de Vigo, a illa Sur e os impresionantes cantís, se a visibilidade o permite, a illa de Ons e parte da costa portuguesa.



Inicio: caseta de información

Distancia: 3,5 km (só ida), desde a caseta de información ó Faro de Cíes

Desnivel: 175 m

Duración aproximada: 1 hora e 30 minutos

Dificultade: media

Tipo de roteiro: non circular

Puntos de interese: lago natural, sistema dunar, praia de Nosa Señora, Pedra da Campá e observatorio de aves, miradoiro de Monte Faro.

**14:30 h XANTAR** Cada participante levará a súa propia comida ou poderá comer na ILLA. Oferta de restaurantes da Illa:

. Camping Illas Cíes

O Serafín

Restaurante Rodas

### **17.15 h ROTEIRO (opcional)**

ALTO DO PRÍNCIPE: percorremos a illa de Monteguado nunha subida ata o Alto do Príncipe onde se atopa a Cadeira da Raíña, un balcón natural na rocha con vistas o atlántico, a ría de Vigo e a illa do Faro.

Inicio: caseta de información

Distancia: 1,7 km (só ida), desde a caseta de información ata o Alto del Príncipe

Desnivel: 122 m

Duración aproximada: 45 minutos

Dificultade: baixa

Tipo de roteiro: non circular

Puntos de interese: sistema dunar Figueiras-Muxieiro, praia de Figueiras e Cadeira da Raíña.

Ó rematar o sendeiro programado para a tarde haberá tempo libre

### **19.00 h SAÍDA**

**O barco de regreso a Cangas** partirá ás 19.30 h. Na chegada ao peirao xa nos agardará o autobús de retorno a Soutomaior. Chegaremos a Soutomaior arredor das 21,30 h

#### **Material recomendado para realizar a actividade:**

- Calzado para camiñar. Moi recomendable con protección á auga no caso de realizar roteiros por zonas de auga ou se chove.
- Roupaxeitada ao día: chubasqueiro (se chove ou fai vento); pantalón cómodo, camiseta térmica (se fai frío), roupa de baño si fai calor, etc.
- É recomendable levar gorro ou viseira e crema solar.
- É recomendable levar unha pequena mochila con auga para a camiñata (1/2 l) + ou outras cousas que se consideren necesarias tendo en conta cada roteiro.

- IMPORTANTE:** Recordamos que os/as guías son titulados/as e a actividade realizarase baixo unha póliza de R. Civil e accidentes derivados da organización do evento pero non dos accidentes provocados por outros motivos. Si se produce algún cambio na organización comunicáremolo o antes posible a cada participante.