



**Rutas / Routes**

1. Seimeira de Vilagocende (1,14 Km).



■ Longitud ■ Recorrido ■ Punto de partida / Llegada ■ Dificultad ■ Duración ■ Acceso en bicicleta  
**1140m Lineal Vilagocende / Vilagocende Baja 1 Hora Apto Parcialmente**

■ El visitante descubre la bravura e intensidad con la que las aguas del río *Porteliña* se precipitan en una caída libre de más de 50 metros. La cascada de inigualable belleza, la protege un majestuoso bosque de ribera. Este enclave natural y otros de A Fonsagrada, fueron elegidos por el director de cine *Paco Plaza*. Él llevó a la gran pantalla la novela de *Alfredo Conde*, basada en el único caso real documentado de *licantropía* en España, la historia de Manuel Blanco *Romasanta "El hombre lobo de Allariz"*.

2. Ruta Liñares de Bidul (18 Km).



■ Longitud ■ Recorrido ■ Punto de partida / Llegada ■ Dificultad ■ Duración ■ Acceso en bicicleta  
**18000 m Lineal Liñares de Bidul / Ponte Villabol Media 4 Horas Apto Parcialmente**

■ El camino de la República, es una obra esculpida a mano, que parece estar en simbiosis con el paisaje natural que le rodea. Durante los años 30 y 40 se construyó para conectar los pueblos de *A Fonsagrada* y *San Antolín de Ibias* (Asturias). A cada paso por el río *Navia*, descubrimos huellas de un pasado que permanece hoy casi tan vivo, como el fuego que fundía el mineral en "*A Fabrica*" hasta el 1875 o los hornos de hierro de la aldea, hoy abandonada, de *A Fornaza*.

3. Ruta de Castañoso (6,2 Km).



■ Longitud ■ Recorrido ■ Punto de partida / Llegada ■ Dificultad ■ Duración ■ Acceso en bicicleta  
**6200m Circular Castañoso / Castañoso Media/Alta 3 Horas Apto Parcialmente**

■ En este extraordinario paraje ya casi olvidado, se esconden una ininidad de antiguas construcciones: la sauna castrense, la mejor conservada del antiguo territorio de *Gallaecia*, una fortaleza de colmenas el "*Cortín de Monteagudo*" que las protegían de los osos, amantes del oro líquido que producen las abejas, el molino de *Penallo* y las innumerables corripas, hacen de este enclave un lugar idóneo para visitar y descubrir su belleza secreta.

4. Ruta de los Pintores (11,5 Km).



■ Longitud ■ Recorrido ■ Punto de partida / Llegada ■ Dificultad ■ Duración ■ Acceso en bicicleta  
**11500m Circular Ferrería / Ferrería Media/Baja 3 Horas Apto Parcialmente**

■ Los lugares de inspiración para artistas y reconocidos pintores nativos como: *Manuel López Monteseirín* y *Benjamín Álvarez*.

5. Fono do Bolo (4Km).

6. Ruta Pena Guimara ( 10 Km) **PR-G 139**

7. Ruta de Galloll (17,4 Km) **PR-G 140**

**Figuras de protección**  
 Concello de A Fonsagrada: Reserva de la Biosfera  
 LIC: Lugar de Importancia Comunitaria  
 ZEC: Zona de Especial Conservación  
 ZEPA: Zona de Especial Protección para las Aves