

# VISITA E COÑECE GALICIA

## SENDEIRISMO POR TOXOSOUTOS (LOUSAME)

20 ABRIL

Roteiro guiado de tipo lineal : 12 km

Dificultade técnica: media

Esforzo físico: medio-baixo

**Duración?**

De 09.00 a 18.00h (hora de chegada estimada)

**Quen pode participar?**

A partir de 12 anos (con adulto acompañante)

**Como solicitar a praza?**

A través dun formulario online en [www.sada.gal](http://www.sada.gal)

**Prazo de solicitude**

Dende a publicación na web até o 10 de abril.

A listaxe de adxudicación de prazas será publicado o 14 de abril.

**Equipamento**

Roupa deportiva e botas ou calzado de montaña

Comida e auga

Protección solar, gorra, chubasqueiro

### CONTIDOS DA VISITA

Comezaremos o roteiro visitando o Mosteiro San Xusto de Toxosoutos e as numerosas fervezas da contorna do río S. Xusto. Farase un ascenso pola ladeira do monte Culou e logo baixarase polas fragas até a aldea de Lesende. Pegados ao río Vilacoba, todavía quedan lugares máxicos como as fábricas abandonadas, onde a natureza abriu camiño. O roteiro de "historia entre fervezas" rematará en Brandía.

### TEN EN CONTA QUE...

-Cada participante levará a súa comida, xa que se fará parada durante o roteiro.

-Está incluído o transporte en autobús de ida e volta dende Sada.

-Hai 50 prazas por roteiro, en caso de máis solicitudes que prazas, haberá sorteo e terán preferencia as persoas empadroadxs.

**SE TES ALGUNHA DÚBIDA PODES CONTACTAR**

Oficina da Xuventude 981.620331

[omixsada@gmail.com](mailto:omixsada@gmail.com)

