

Lugo cambia

turismo.deputacionlugo.gal



DEPUTACIÓN
DE LUGO

Ancares
Courel



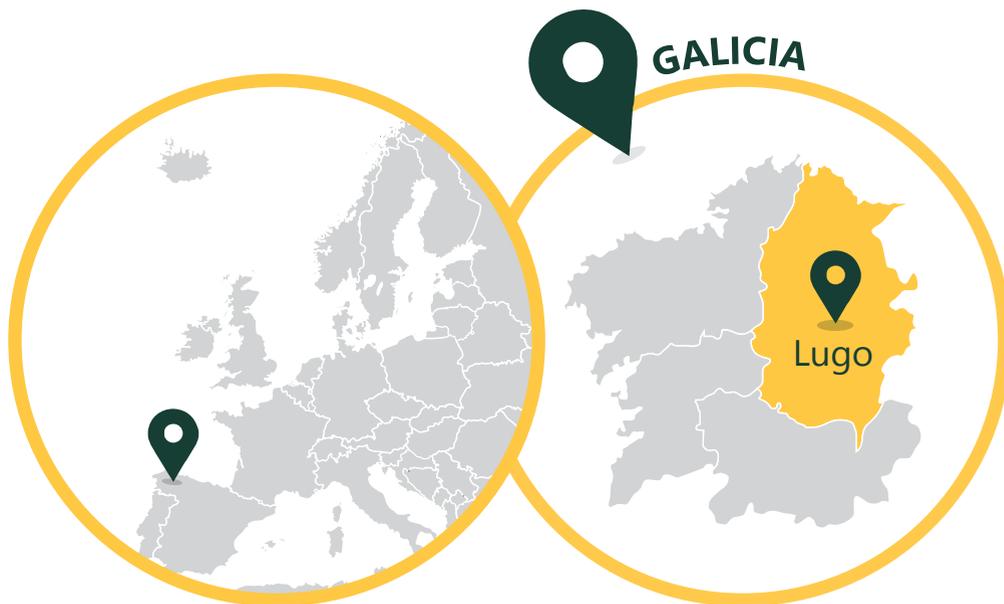
Xeodestinos da provincia de Lugo / Geodestinos de la provincia de Lugo

GAL ▶ Dende o Cantábrico ata o Canón do Sil, e dende as serras orientais á dorsal galega, a provincia de Lugo, atesoura paisaxes culturais onde a diversidade da natureza, do patrimonio e das formas de vivir nos falan dun territorio cheo de contrastes.

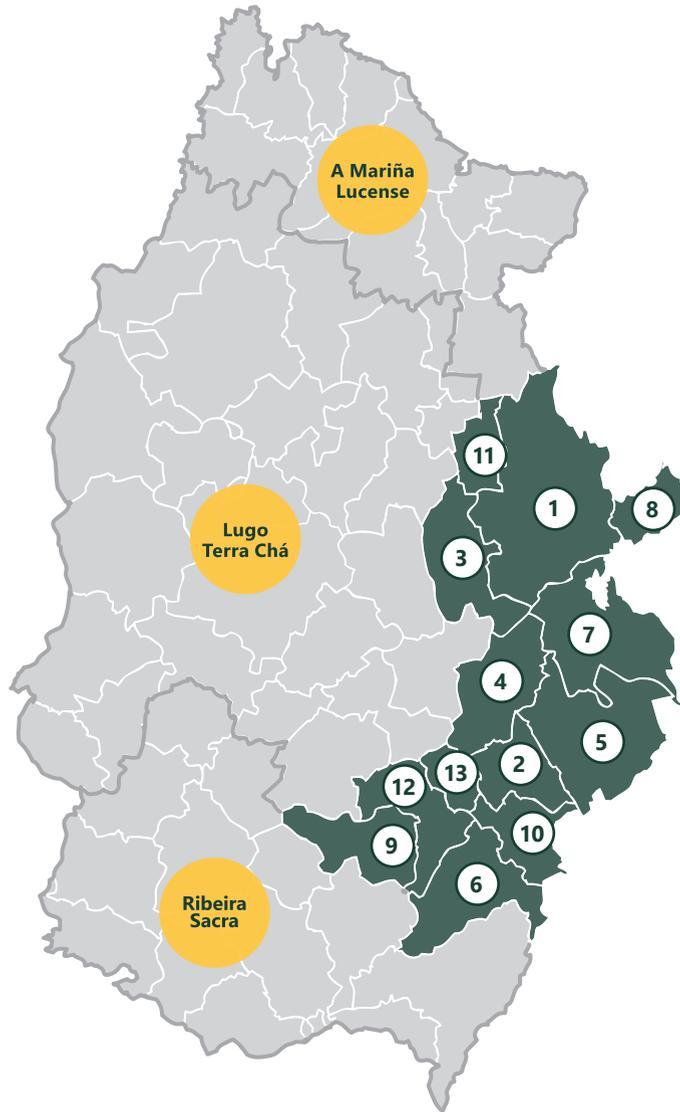
Os 67 municipios da provincia intégranse en catro xeodestinos: A Mariña Lucense, Lugo-Terra Chá, Ancares-Courel e Ribeira Sacra. Todos eles forman en conxunto un mosaico que nos permitirá achegarnos á Galicia máis xenuina e vivir experiencias forxadas na autenticidade da súa xente, da súa historia e dos seus espazos naturais.

ES ▶ Desde el Cantábrico hasta el Cañón del Sil, y desde las sierras orientales a la dorsal gallega, la provincia de Lugo, atesora paisajes culturales donde la diversidad de la naturaleza, del patrimonio y de las formas de vivir nos hablan de un territorio lleno de contrastes.

Los 67 municipios de la provincia se integran en cuatro geodestinos: A Mariña Lucense, Lugo-Terra Chá, Ancares-Courel e Ribeira Sacra. Todos ellos forman en conjunto un mosaico que nos permitirá acercarnos a la Galicia más genuina y vivir experiencias forjadas en la autenticidad de su gente, de su historia y de sus espacios naturales.



Descubre Ancares-Courel



- ① A Fonsagrada
- ② As Nogais
- ③ Baleira
- ④ Becerreá
- ⑤ Cervantes
- ⑥ Folgoso do Courel
- ⑦ Navia de Suarna
- ⑧ Negueira de Muñiz
- ⑨ O Incio
- ⑩ Pedrafita do Cebreiro
- ⑪ Ribeira de Piquín
- ⑫ Samos
- ⑬ Triacastela

#LugoCambia



Lugo cambia

Marco xeográfico
Marco geográfico

 Devesa da Rogueira

GAL ▶ O xeodestino Ancares-Courel comprende os municipios da A Fonsagrada, As Nogais, Baleira, Becerreá, Cervantes, Folgoso do Courel, Navia de Suarna, Negueira de Muñiz, O Incio, Pedrafita do Cebreiro, Ribeira de Piquín, Samos e Triacastela.

Na zona oriental da provincia de Lugo atopamos o que podería definirse como o fogar da distancia: ríos encaixados, contrastes altitudinais de ata 1600 metros, pobos onde o tempo parece deterse, Camiños de peregrinación, construcións populares que mostran unha íntima conexión do ser humano coa natureza, paisaxes vírxes e reliquias de flora e fauna dan forma a un destino singular.

ESP ▶ El geodestino Ancares-Courel comprende los municipios de A Fonsagrada, As Nogais, Baleira, Becerreá, Cervantes, Folgoso do Courel, Navia de Suarna, Negueira de Muñiz, O Incio, Pedrafita do Cebreiro, Ribeira de Piquín, Samos y Triacastela.

En la zona oriental de la provincia de Lugo encontramos el que podría definirse como el hogar de la distancia: ríos encajados, contrastes altitudinales de hasta 1600 metros, pueblos donde el tiempo parece haberse detenido, Caminos de peregrinación, construcciones populares que muestran una íntima conexión del ser humano con la naturaleza, paisajes vírgenes y reliquias de flora y fauna dan forma a un destino singular.



Ancares
Courel

#LugoCambia

Lugo cambia

Natureza
Naturaleza

 Río Navia. Encoro de Salime / Río Navia. Embalse de Salime

GAL ▶ Ancares-Courel, xunto coas montañas da Comarca da Fonsagrada, constitúe o maior espazo natural de Galicia. Os diferentes niveis de protección que conflúen no territorio sitúano como un referente internacional no ámbito da conservación e xestión ambiental. E é que nestes trece municipios atopamos as **Reservas da Biosfera Eo-Oscos e Terras de Burón e Ancares Lucenses e Montes de Cervantes, Navia e Becerreá**. Ademais, dentro da Rede Natura 2000 inclúese as Zonas de Especial Conservación Ancares-Courel, Cruzul-Agüeira, Río Cabe, Carballido, Negueira e a Zona de Especial Protección de Aves de Ancares, sen esquecer a declaración deste espazo natural como Reserva Nacional de Caza, Zona de Especial Protección do Oso Pardo e paisaxe pintoresca. Todo iso fai deste xeodestino o escenario ideal para a práctica do ecoturismo e de deportes de natureza como o sendeirismo.

ESP ▶ Ancares-Courel, junto con las montañas de la Comarca de A Fonsagrada, constituye el mayor espacio natural de Galicia. Los diferentes niveles de protección que confluyen en el territorio lo sitúan como un referente internacional en el ámbito de la conservación y gestión medioambiental. Y es que en estos trece municipios encontramos **las Reservas de La Biosfera Eo-Oscos y Terras de Burón y Ancares Lucenses y Montes de Cervantes, Navia y Becerreá**. Además, dentro de la Red Natura 2000 se incluyen las Zonas de Especial Conservación Ancares-Courel, Cruzul-Agüeira, Río Cabe, Carballido, Negueira y la Zona de Especial Protección de Aves de Ancares, sin olvidar la declaración de Ancares como Reserva Nacional de Caza, Zona de Especial Protección do Oso Pardo y paisaje pintoresco. Todo ello hace de este geodestino el escenario ideal para la práctica del ecoturismo y de deportes de naturaleza como el senderismo.

Ancares
Courel

Lugo cambia

Natureza
Naturaleza

 Os Ancares



GAL ▶ Entre os espazos de maior singularidade botánica integrados nos espazos naturais protexidos destacan **os bosques da Marronda, Carballido, o faial da Pintinidoira, o aciñeiral de Cruzul e o soto de Agüeira, as devesas da Rogueira e Romeor e os sotos de castiñeiros do Courel.**

Ancares-Courel é tamén terra de ríos. Entre os profundos vales discorren os cursos do **Eo, o Lor, o Rao, o Ser, o Cabe e o Navia**, cuxas augas encora a presa de Salime no municipio de Negueira de Muñiz, por onde este río flúe encaixado nunha contorna singular cuxo microclima propiciou o cultivo da vide.

ESP ▶ Entre los espacios de mayor singularidad botánica integrados en los espacios naturales protegidos destacan los **bosques de A Marronda, Carballido, el hayedo de A Pintinidoira, el encinar de Cruzul y el soto de Agüeira, las devesas de A Rogueira y Romeor y los sotos de castaños en O Courel.**

Ancares-Courel es también tierra de ríos. Entre los profundos valles discurren los cursos del **Eo, el Lor, el Rao, el Ser, el Cabe y el Navia**, cuyas aguas embalsa la presa de Salime en el municipio de Negueira de Muñiz, por donde este río fluye encajado en un entorno singular cuyo microclima ha propiciado el cultivo de viñedos.

(1)



(2)



1) Bosque do Grobos (Cruzul-Agüeira)
2) Navia de Suarna

1) Bosque de Os Grobos (Cruzul-Agüeira)
2) Navia de Suarna

Lugo cambia

Patrimonio cultural

 Castro de Santa María de Cervantes



GAL ▶ Os restos arqueolóxicos atopados na montaña lucense son testemuñas da ocupación humana do territorio dende épocas temperás. Algúns dos principais vestixios herdados destes primeiros poboadores son a necrópole de **Santa Mariña, castros como A Torre no Courel, Santa María en Cervantes ou Castañoso na Fonsagrada, así como o paso da Vía Romana XIX.**

No que respecta á arquitectura civil, numerosas **fortalezas** salpican os cumios de Ancares-Courel, ocupando privilexiadas posicións que antano permitían dominar o paso de vías de comunicación estratéxicas, ou simplemente mostrar o poder dos seus donos: castelos como os de **Doiras, Doncos, Pobra de Burón ou Navia de Suarna** fálannos dunha época na que liñaxes como a dos Condes de Altamira acadaron unha posición de supremacía na sociedade galega da época.

ESP ▶ Los restos arqueológicos hallados en la montaña lucense son testigos de la ocupación humana del territorio desde épocas tempranas. Algunos de los principales vestigios heredados de estos primeros pobladores son la **necrópolis de Santa Mariña, castros como A Torre en O Courel, Santa María en Cervantes o Castañoso en A Fonsagrada, así como el paso de la Vía Romana XIX.**

En lo que respecta a la arquitectura civil, numerosas **fortalezas** salpican las cumbres de Ancares-Courel, ocupando privilegiadas posiciones que antaño permitían dominar el paso de vías de comunicación estratégicas, o simplemente mostrar el poder de sus dueños: castillos como los de **Doiras, Doncos, Pobra de Burón o Navia de Suarna** nos hablan de una época en la que linajes como el de los Condes de Altamira alcanzaron una posición de supremacía en la sociedad gallega de la época.



Ancares
Courel

Lugo cambia

Patrimonio cultural

 Palloza en Piornedo



GAL ▶ Por outra banda, as especiais dificultades da vida na montaña lucense derivadas da súa climatoloxía e da súa orografía supuxeron a necesidade de idear construcións populares adaptadas aos avatares da dureza invernal. A solución adoptada polos habitantes da montaña foron **as pallozas**, vivendas de planta circular con teito de colmo onde convivían as persoas e o gando. Algunhas destas singulares mostras de arquitectura popular, habitadas ata a década dos 70, foron reconvertidas en museo e poden visitarse en aldeas como Piornedo e O Cebreiro. Ademais, as aldeas de montaña desenvolveron tamén un urbanismo singular a proba de frío e neve que pode observarse en aldeas como Seceda ou Froxán.

ESP ▶ Por otro lado, las especiales dificultades de la vida en la montaña lucense derivadas de su climatología y su orografía supusieron la necesidad de idear construcciones populares adaptadas a los avatares de la dureza invernal. La solución adoptada por los habitantes de la montaña fueron **las pallozas**, viviendas de planta circular con techo de colmo donde convivían las personas y el ganado. Algunas de estas singulares muestras de arquitectura popular, habitadas hasta la década de los 70, fueron reconvertidas en museo y pueden visitarse en aldeas como Piornedo y O Cebreiro. Además, las aldeas de montaña desarrollaron también un urbanismo singular a prueba de frío y nieve que puede observarse en aldeas como Seceda o Froxán.

(1)



(2)

Lugo cambia

Patrimonio cultural

 Mosteiro de Samos / Monasterio de Samos



GAL ▶ A montaña lucense é o **territorio xacobeo** por excelencia da provincia. **Os Camiños de Santiago Primitivo e Francés** inician as súas etapas galegas, respectivamente, polo Alto do Acevo na Fonsagrada e o Alto do Cebreiro en Pedrafita, dous lugares de gran simbolismo nas rutas de peregrinación. Ao longo dos seus trazados atopamos algúns dos exemplos de arte relixiosa máis destacados da provincia, como é o caso do **santuario do Cebreiro e o mosteiro de Samos**, considerado un dos máis antigos de occidente.

Á importancia deste patrimonio súmanse outros exemplos de arquitectura relixiosa: o **convento cisterciense de Penamaior de Becerreá, a igrexa de Santo André das Nogais e a igrexa de San Pedro Fiz de Hospital do Incio**, a única de España construída en mármore.

ESP ▶ La montaña lucense es el **territorio jacobeo** por excelencia de la provincia. **Los Caminos de Santiago Primitivo y Francés** inician sus etapas gallegas, respectivamente, por el Alto do Acevo en A Fonsagrada y el Alto do Cebreiro en Pedrafita, dos lugares de gran simbolismo en las rutas de peregrinación. A lo largo de sus trazados encontramos algunos de los ejemplos de arte religioso más destacados de la provincia, como es el caso del **santuario de O Cebreiro y el monasterio de Samos**, considerado uno de los más antiguos de occidente.

A la importancia de este patrimonio se suman otros ejemplos de arquitectura religiosa: **el convento cisterciense de Penamaior de Becerreá, la iglesia de Santo André de As Nogais y la iglesia de San Pedro Fiz de Hospital de O Incio**, la única de España construida en mármol.

(1)



(2)

1) Santuario do Cebreiro
2) Hospital do Incio

1) Santuario de O Cebreiro
2) Hospital de O Incio

A photograph of a man and a woman dining in a restaurant. The man on the left is drinking red wine from a glass. The woman on the right is smiling and looking towards him. In the foreground, there is a plate of food, including a large piece of fried bread or pastry, a potato, and some beans. A glass of red wine is also visible on the table.

Lugo cambia

Gastronomía



GAL ▶ Nas comarcas de montaña, onde a gastronomía está en consonancia co clima e coa orografía do terreo, **os produtos da matanza** como os chourizos e outros embutidos como o butelo da Fonsagrada ou a androlla de Navia de Suarna enchen de cor os xenerosos cocidos que se prolongan nas tardes de inverno. Ademais, nun territorio que é un auténtico paraíso cinexético, o outono viste as mesas cos inconfundibles sabores da **caza con cogomelos ou castañas**.

Mención especial merecen produtos agroalimentarios singulares como o **queixo do Cebreiro**, que conta con Denominación de Orixe propia e cuxa elaboración se estende á maioría dos municipios que integran o xeodestino.

ESP ▶ En las comarcas de montaña, donde la gastronomía está en consonancia con el clima y con la orografía del terreno, los **productos de la matanza** como los chorizos y otros embutidos como el botillo de A Fonsagrada o la androlla de Navia de Suarna llenan de color los generosos cocidos que se prolongan en las tardes de invierno. Además, en un territorio que es un auténtico paraíso cinegético, el otoño viste las mesas con los inconfundibles sabores de la **caza con setas o castañas**.

Mención especial merecen productos agroalimentarios singulares como el **queso de O Cebreiro**, que cuenta con Denominación de Origen propia y cuya elaboración se extiende a la mayoría de los municipios que integran el geodestino.

Ancares
Courel

Lugo cambia

Festas
Fiestas

 Pisa da castaña en Froxán





GAL ▶ As festas máis destacadas de Ancares-Courel son as que teñen a gastronomía e a cultura popular como fío condutor. **Festas como a do butelo da Fonsagrada, a festa da androlla de Navia de Suarna, a feira do viño de Negueira de Muñiz, a festa da empanada nas Nogais e a do queixo do Cebreiro**, declarada de Interese Turístico, exaltan a riqueza gastronómica da montaña lucense.

No referente á cultura popular, encontros como o **Filandón de Músicas do Courel** e a **festa da pandeireta de Piornedo** rememoran a tradición musical da montaña lucense.

ESP ▶ Las fiestas más destacadas de Ancares-Courel son las que tienen la gastronomía y la cultura popular como hilo conductor. **Fiestas como la del botillo de A Fonsagrada, la fiesta de la androlla de Navia de Suarna, la feria del vino de Negueira de Muñiz, la fiesta de la empanada en As Nogais y la del queso do Cebreiro**, declarada de Interés Turístico, exaltan la riqueza gastronómica de la montaña lucense.

En lo referente a la cultura popular, encuentros como el **Filandón de Músicas do Courel** y la **fiesta de la pandereta de Piornedo** rememoran la tradición musical de la montaña lucense.

Ancares
Courel

< Foto de portada: Castro da Torre. O Courel



**Precisas
un cambio?**

**¿Necesitas
un cambio?**

#LugoCambia

 turismo.deputacionlugo.gal

 fb.com/TurCulDepuLugo

 [@TurCulDepuLugo](https://twitter.com/TurCulDepuLugo)

 instagram.com/turculdepulugo

 [Turismo Deputación de Lugo](https://www.youtube.com/TurismoDeputaciondeLugo)

**Lugo
cambia** 

