

## PROGRAMA DEL IBERSENDER 2009 ARCOS DE VALDEVEZ - PORTUGAL



**ORGANIZACIÓN:**

**APOYO:**



## PRESENTACIÓN

Los senderos constituyen equipamientos de gran importancia para el conocimiento y la promoción de un territorio, contribuyendo a la conservación de la naturaleza y del patrimonio humano y es una importante componente, que utilizada de forma adecuada, promueve el desarrollo socioeconómico de las comunidades residentes.

El Alto Minho es la region bierzo del senderismo portugués, donde los diez municipios que la constituyen, año tras año han ampliado sus redes de rutas de senderos para dar respuesta a la gran demanda de un número cada vez más grande de senderistas. Esta región en el año 2006 ha obtenido una cifra de alrededor de 100.000 practicantes . Los senderos en el Alto Minho, debido a la diversidad del paisaje de la región, de su conservado patrimonio, de sus costumbres y tradiciones, de sus productos locales y de sus características climáticas, se ha convertido en un producto de gran atracción turística y ahora es un destino para el turismo o deporte senderista.

El Territorio del municipio de Arcos de Valdevez es de siempre un lugar de destino de los practicantes de los deportes de montaña, donde el senderismo registra la cifra más elevada de la demanda. Resultado de esta demanda se debe a las organizaciones tales como el Parque Nacional de Peneda Geres, que en este espacio de montaña creo las primeras rutas señalizadas. Años más tarde siguieron el ejemplo la Associação de Desenvolvimento das Regiões Peneda-Geres contribuyendo para un nuevo marco en el senderismo, en convergencia con las directrices de European Ramblers Association. Últimamente, en un refuerzo por la libertad de acceso a la montaña con la implementación de políticas y acciones para el desarrollo sostenible de las comunidades rurales, establecidos en la Carta de la Montaña de Arcos de Valdevez, la Associação Rural de Desenvolvimento do Alto Lima (ARDAL), con el apoyo del Ayuntamiento de Arcos de Valdevez, ha desarrollado un verdadero esfuerzo titánico, para la creación de equipamientos y infraestructuras que contribuyan para el acceso, la dispersión controlada de visitantes y para la diversificación económica local.

Así, el territorio de Arcos de Valdevez es un destino de preferencia para todos los practicantes y amantes de los deportes de montaña, especialmente a los muchos aficionados del senderismo, que encuentran aquí un gran número de rutas para todos los gustos: pequeñas y grandes rutas, rutas de montaña, rutas interpretativas, rutas arqueológicas, etnográficas, ecológicas y deportivas. Por estas mismas razones, fue esta la zona elegida por el Clube Celtas de Minho, para dar inicio a este primer gran evento organizado para la promoción del senderismo y de las redes de senderos de la Península Ibérica, creando así las bases para la 1ª edición de IBERSENDER en Portugal .

Este evento es organizado por el Clube Celtas do Minho y cuenta con la estrecha colaboración, de parte de la vecina España, del Club Alpino de Madrileño y con el apoyo del Ayuntamiento de Arcos de Valdevez, de ARDAL y de la Federación Portuguesa de Montañismo y Escalada. Además cuenta con la estrecha colaboración de ADERE - Peneda Geres y del Parque Nacional de Peneda-Gerês.

Sin duda que este evento será el primero de muchos que se celebrará en territorio ibérico, para una gran fiesta del senderismo europeo en el contexto del programa "Caminando con los Vecinos" promovido por la FERP / ERA (Federación Europea de Senderismo).

## LOCALIZACIÓN

### *Sierra da Peneda -Soajo*



La Sierra da Peneda-Soajo, definida por los ríos Miño y Lima es la quinto mayor elevación en Portugal, con cerca de 1416 metros sobre el nivel del mar en su punto más alto - Pedrada. Está situada en el Alto Minho, en el sistema montañoso de la Peneda-Gerês. Es una zona montañosa, en gran mayoría granítica, con fuertes pendientes. La abundancia de valles y barrancos proporcionan una densa red hidrográfica, que permite el desarrollo de una rica variedad de especies de árboles y arbustos.

La población de la Sierra da Peneda ocupa la zona de media pendiente entre 400 y 800 metros de altitud, donde se encuentran los pueblos fijos y un número considerable de brañas. En altitudes superiores se encuentran las brañas de ganado o cultivos.

Por su rico y valioso patrimonio natural y humano, gran parte de su territorio está clasificado como espacio protegido incluido en el Parque Nacional de Peneda-Gerês, desde la fundación del espacio protegido, em 1971. Siendo el único parque nacional de Portugal.

### *Los Senderos*

#### GR Travessia da Peneda-Soajo

Esta ruta de gran recorrido promovido por ARDAL, con 75 km, nos permite caminar por caminos forestales, senderos y vías pecuarias de la majestuosa Sierra de Peneda-Soajo. Por el valle del río Vez, el glaciar, la meseta y el valle de Peneda e Limia podemos obtener un estrecho contacto con las costumbres de las comunidades de pastores, visitar las brañas, el fojo de lobo, típicos pueblos de montaña, o lugares tan emblemáticos como Mezio, Sistelo, Meadonha, la Sra. de Peneda, Fraga da Nédia y Soajo. En 3 días de recorrido puede hacerse una caminata en uno de los más bellos paisajes de montaña.



#### PR Trilho do Glaciar do Vez

Esta pequeña ruta inicia en un pequeño lugar de montaña - Porto Cova, en la parroquia de Sistelo - incrustada en la falda de la Peneda, la vertiente occidental. Debido a las terrazas del paisaje es conocido por los montañeros como el "Pequeño Tíbet". La ruta sigue un viejo camino de piedra, lo que lleva a visitar las brañas y el extinguido glaciar, con los famosos "penedos aborregados".

#### PR Trilho do Mezio



Este pequeño sendero es la ruta más corta de todas las rutas de Peneda. Promovido por el Parque Nacional de Peneda-Gerês, se trata de un sendero interpretativo que discurre cerca de la Puerta de Mezio, una zona forestal de gran belleza, compuesto de abedul, bosques de pino, arce y cedro de Oregon. También se puede ver la braña de Mosqueiro.



#### PR Trilho das Brandas

Este hermoso sendero de montaña es una pequeña ruta promovida por ADERE Peneda-Gerês. La ruta sale de Gavieira para visitar la Braña de Gorbelas y la Braña de Seida, que fue construida en la "meseta" de la montaña, en un paisaje de gran belleza natural, onde también se destaca el monumental Fojo Idel Lobo, una antigua trampa para cazar este animal.

#### PR Trilho da Mistura das Águas

Este sendero de pequeña ruta promovida por ARDAL nos permite visitar los lugares más rústicos y bucólicos de la parroquia de Gavieira y caminar junto al río Peneda hasta el lugar donde sus aguas se mezclan con las aguas del río Laboreiro en una idílica zona con vistas a la majestuosa Fraga das Pastorinhas.



#### PR Trilho da Peneda

Esta ruta de pequeño recorrido es promovida por ADERE Peneda Gerês. Esta ruta se encuentra en Sierra da Peneda para nos llevar a visitar una de las zonas más emblemáticas de esta región de montaña – el Santuário de Peneda y Meadilla - ambas pertenecientes a la parroquia de Gavieira. En estos típicos lugares podemos ver los campos cerrados con sus paredes de piedra suelta, los conjuntos de Eiras, típicos graneros, enmarcados en un paisaje de gran exuberancia.



PR Trilho do Ramil

Este sendero de pequeña ruta és promovida por ARDAL. La ruta atraviesa la ladera este de las Sierras de Peneda y Soajo, en el lado este del municipio de montaña de Arcos de Valdevez y en el territorio de la parroquia de Soajo, recorriendo parte del lugar de Cunhas. El punto más notable de esta ruta es la Braña de Ramil, una braña de cultivo perteneciente a los lugares de Cunhas y "Vila", de la parroquia de Soajo.

## PROGRAMA

### 10 de junio de 2009 - Miércoles

10:00 - Apertura del IBERSENDER 2009  
Camping en Travanca – Parque Nacional de Peneda-Gerês  
Hizar de las banderas de los clubes participantes  
Recepción y registro de los participantes  
Distribución individual de recuerdos

14h00 - Salida en autobús para visitar las aldeas de Soajo y Peneda

18.00 - Regreso de la visita

### 11 de junio de 2009 - Jueves

08h00 - Salida hacia el GR Travessia da Peneda: Tramo Travanca - Sistelo  
Distancia recorrida: 19 km  
Duración: de 8 h  
Dificultad: Moderado / Difícil

Salida de autobuses para el PR “Trilho do Glaciar do Vez”  
Distancia recorrida: 12.8 kilometros  
Duración: 5h30  
Dificultad: Moderado

10:00 - Clase de Orientación

15.30 - Salida para el PR Trilho do Mezio (sendero para niños de 4 años)  
Distancia: 3 km  
Duración: 2 horas  
Dificultad: Muy fácil

19.00 - Regreso de los participantes en autobús

### 12 de junio de 2009 - Viernes

08h00 - Salida hacia el GR de Travessia da Peneda: Tramo Sistelo - Peneda  
Distancia recorrida: 25 km  
Duración: de 8h  
Dificultad: Moderado / Difícil

Salida de autobuses para el PR Trilho das Brandas  
Distancia: 8 km  
Duración: 5h  
Dificultad: Fácil / Moderado

Salida de autobuses para el PR Trilho da Mistura das Águas  
Distancia: 8 km  
Duración: 3h30  
Dificultad: Fácil

15.30 - Salida para el PR Trilho do Mezio (sendero para niños de 4 años)  
Distancia: 3 km

Duración de la Caminata: 2 horas

Dificultad: Muy fácil

19.00 - Regreso de los participantes en autobús

21:00 - Reunión de representantes de los clubes participantes para discutir la situación de los senderos y del senderismo ibérico

### **13 de junio de 2009 - Sábado**

08h00 - Salida hacia el GR de Travessia da Peneda: Tramo Peneda - Soajo

Distancia recorrida: 25 km

Duración: 8h

Dificultad: Moderado / Difícil

Salida de autobuses para el PR Trilho da Peneda

Distancia recorrida: 9.5 kilometros

Duración de la Caminata: 5h30

Dificultad: Moderado

15.30 - Salida para el PR Trilho de Ramil (Trilho para niños de 6 años)

Distancia: 4 km

Duración: 2 horas

Dificultad: Fácil

18.00 - Regreso de los participantes en autobús

20:00 – Fiesta Gastronómica Ibérica

Música tradicional

Nombramiento de la Entidad Organizadora de IBERSENDER 2010 (España)

Distribución de recuerdos a los clubes participantes

### **14 de junio de 2009 - Domingo**

12.00 – Cierre del IBERSENDER 2009

## REGLAMENTO

El IBERSENDER 2009, organizado por el Clube Celtas de Minho se realiza en la Sierra de Peneda-Soajo, Municipio de Arcos de Valdevez, en los días 10, 11, 12, 13 y 14 de junio de 2009. La Secretaría del IBERSENDER 2009 será en el Camping de Travanca (Porta de Mezio del Parque Nacional de Peneda-Gerês) en la parroquia de Cabana Maior, onde también será el encuentro.

### Inscripciones:

1.Los participantes colectivos (clubes, asociaciones, grupos Scouts, escuelas, etc.) **deben inscribirse hasta 31 de mayo de 2009** mediante el relleno del formulario de inscripción colectiva, disponible en la pagina web del Clube Celtas de Minho y el relleno y la entrega es responsabilidad de la entidad colectiva.

2.Los participantes individuales **deberán inscribirse hasta el 31 de mayo de 2009**, mediante el Formulario de Inscripción Individual, disponible en la pagina web del Clube Celta de Minho y el relleno y la entrega es responsabilidad de la persona participante.

3.El participantes al completar el formulario de inscripción deberán indicar las actividades que se apuntan.

### Camping / Alojamiento

El campamento no es incluido en la organización del evento, se abrirá el camping por la entidad gestora (ADERE Peneda-Gerês) para recibir y apoyar a los participantes del IBERSENDER porque normalmente durante este período se encuentra cerrado.

**Los participantes que no deseen acampar pueden optar por instalarse en los diferentes tipos de alojamiento ofrecidos por la [Central de Reservas de ADERE-PG](#).**

### Recuerdos

1.Los recuerdos colectivos y individuales se aseguraran sólo para las entidades y los participantes que se inscriban en el plazo previsto.

2.Haverá un premio especial para el grupo con más participantes.

3.Haverá un premio especial para el grupo más distante.

4.Haverá un premio individual para el participante con más edad.

5.Haverá una premio para el participante con más edad más jóven.

### Fiesta Gastronómica Ibérica

Esta “fiesta” tiene cómo objetivo la convivencia entre los participantes y la promoción de cada región. Así cada club traerá algun plato o producto típico de su región (pan, quesos, vinos, ahumados, postres, dulces, etc.).

## **PRECIOS DE INSCRIPCIÓN**

### **5 Días de IBERSENDER**

Adultos: 20 euros

Jóvenes entre 7 y 14 años: 10 euros

Los niños hasta 6 años: Gratis

Los participantes con más de 5 elementos tendrán un 10% de descuento en el precio de inscripción.

### **Actividad aislada de IBERSENDER (1 día o el 1 sendero)**

Adultos: 10 euros

Jóvenes entre 7 y 14 años: 5 euros

Niños hasta 6 años: 3 euros

**Nota:** Se incluye las deslocaciones en autobus, los guías, las camisetas y recuerdos de IBERSENDER.

Grupos formales o familia com más de 5 elementos tendran un descuento de 20% en la inscripción.

El precio del campamento es aparte del IBERSENDER y tiene el siguiente valor (incluye 15% de descuento) y se paga directamente en el camping:

Precio por persona por noche: 2,90 euros

Precio por tienda de campaña pequeña: 2,80 EUR

Precio del coche: 2,80 EUR

El precio de la bicicleta: 1,90 EUR

Precio de la electricidad: 1,09 EUR

**NOTA:** Las inscripciones realizadas o recibidas después de la fecha límite para la inscripción tendrá un incremento del 20%.

COLABORACIÓN:

