

BICICLETA ECO PISTA RIO MIÑO MONÇAO - VALENÇA DO MIÑO - VILANOVA DE CERVEIRA.



La bicicleta en Vila Nova de Cerveira recorre la primera Vía Verde portuguesa, la ecopista del río Miño pasando por Monçao, y Valença do Miño.

Antiguamente existía un ferrocarril que unía las localidades de Valença y Monçao en la fronteriza región del Valle del Miño. Con el paso de los años este ferrocarril quedó en desuso y se reconvirtió en un recorrido acondicionado para ciclistas y caminantes

Se trata de una ruta de 36 km de longitud entre Monçao y Vila Nova de Cerveira.

No tienes por qué hacerlo entero, puedes hacerlo por tramos.

Esta ecopista es una ruta muy fácil y sin apenas desnivel al ir prácticamente todo el tiempo al lado del río Miño.

Es un recorrido muy plano y con un paisajes fluvial increíble (garzas, patos, caballos...)

Durante el recorrido y si el tiempo lo permite, podrás darte un baño en las numerosas playas fluviales del río Miño, descansar en las áreas de recreo y reponer energías con la famosa cocina regional portuguesa (especialistas en bacalao y pollo a la brasa).

Es una experiencia única y siempre en contacto con la naturaleza. Muy apropiada para familias o gente con poca experiencia. Está encuadrada en una zona verde, muy segura y tranquila. Parte de ella se inscribe en una zona que forma parte de una lista de sitios europeos de interés para la conservación ecológica y medioambiental (Red Natura 2000).

CAPACIDAD MAXIMA 16 personas

Disponemos de 16 bicicletas de paseo equipadas con casco, candado y alforja.

Posibilidad de conseguir más en el caso de que fuera necesario

1.- LUGAR

ZONA

El punto de encuentro es en **Vila Nova de Cerveira** habitualmente.

Posibilidad de hacerlo también desde Valença do Miño o desde Monçao (consultar opciones en nuestras oficinas)

DISTANCIAS (KM)

13 km A Guardia - 27 km Porriño - 33 km Salvaterra - 45 km Vigo - 69 km Pontevedra -108 km Ourense

130 km Santiago de Compostela - 200 km Lugo - 200 km A Coruña

2.- HORARIOS

DURACIÓN

La duración de la actividad es de 8 H

HORARIOS

11:00 H - 18:00 H (octubre - junio)

11:00 H - 20:00 H (Julio - septiembre)

(*) Otros horarios consultar

3.- REQUISITOS

Saber manejar la bicicleta

Formar un **grupo mínimo de 4 personas** para el descenso o transporte o asumir las 4 plazas

La actividad se realiza sin guía, puesto que carece de dificultad y damos las explicaciones necesarias sobre la ruta

4.- EQUIPAMIENTO

MATERIAL INCLUIDO

Te proporcionamos todo el material necesario para la práctica de esta actividad: **bicicleta de montaña**, con diferentes tamaños para adaptarse mejor al cliente, **casco...**

NO TE OLVIDES DE TRAER / CONSEJOS

Ropa y calzado deportivo o cómodo para realizar ejercicio.

En **verano** es recomendable llevar **protección solar y agua** para hidratarse

5.- OPCIONES RUTAS

Tendrás que dejar el coche en la llegada y contratar el servicio de remonte para no tener que hacer ida y vuelta.

Para ver por dónde pasa la ruta, puedes descargar el track o ver el recorrido completo haciendo click [aquí](#)

ITINERARIO RECOMENDADO POR "AVENTURAS EN GALICIA"

MONÇAO - VILANOVA DE CERVEIRA (40 KM - 4 H APROX)

Dejar el coche en Vilanova de Cerveira y contratar el servicio de remonte hasta Monçao.

Desde Monçao podemos cruzar el puente hasta Salvaterra do Miño para conocer el maravilloso Parque de Canuda.

- 1.- **Salvaterra do miño** "Parque da Canuda"
 - 2.- **Monçao** (enfrente Salvaterra do Miño) Visitar su casco antiguo, así como su balneario.
 - 3.- **Lapela** 6 km (Monçao - Lapela). Visitar la Torre medieval de Lapela
 - 4.- **Valença do miño** 10 km (Lapela – Valença do Miño). Recorrido por el Casco Antiguo.
 - 5.- **Praia da lenta** Darse un baño en Praia da Lenta (3 km antes de llegar a Vilanova de Cerveira)
 - 6.- **Vila Nova de Cerveira** 14 km (Valença do Miño – Vilanova de Cerveira)
- Conoceremos las fortalezas de Monçao, Lapela, Valença (posibilidad de cruzar el puente para conocer el casco antiguo de Tui, así como su catedral)

6.- TARIFAS

DESCENSO ECOPISTA

(ALQUILER BICI + TRASLADO + CASCO + CANDADO + ALFORJA)

MONCAO - VILA NOVA DE CERVEIRA (36 KM)

55 € por persona

Grupo mínimo 4 plazas (o asumir el coste de las 4 plazas)

VALENCA - VILA NOVA DE CERVEIRA (16 KM)

45 € por persona

Grupo mínimo 4 plazas (o asumir el coste de las 4 plazas)

7.- DATOS PRACTICOS

Ecopista do Río Miño "LA 3ª MEJOR VIA VERDE DE EUROPA" según la European Greenway Award

1.- ANTIGUA VIA DEL TREN

El tramo entre Valença y Monção se basa en el aprovechamiento de la **antigua vía del tren** que allí funcionó hasta 1990.

Esta vía conserva aún innumerables testimonios de esa vía ferroviaria, como las viejas estaciones y apeaderos.

El tramo entre Vila Nova de Cerveira y Valença, se basa en el aprovechamiento de **antiguos caminos que eran utilizados por los pescadores** y que ahora se han convertido en este maravilloso corredor para el disfrute de quién lo recorre.

La Ecopista está totalmente asfaltada y ha sido concebida exclusivamente para **paseos peatonales y en bicicleta**.

2.- RED NATURA 2000

Está encuadrada en una zona verde, muy segura y tranquila. Parte de ella se inscribe en una zona que forma parte de una lista de

sitios europeos de interés para la conservación ecológica y medioambiental (**Red Natura 2000**).

3.- DISTANCIAS + TIEMPO + DIFICULTAD

La Ecopista del río Miño, recorre los municipios de Monção, Valença y Vila Nova de Cerveira, en un total de **36 km lineales**, a lo largo de la orilla portuguesa del río Miño.

El recorrido es bastante plano, aunque con un suave declive descendente, en el sentido de Monção para Vila Nova de Cerveira, de ahí que recomendamos que se haga en ese sentido.

Habría la posibilidad de hacer 2 tipos de ruta:

a) **RUTA LARGA:** 36 KM - 4 H APROX - DESNIVEL MEDIO 1 % - DIFICULTAD MEDIA

La distancia que separa estas 2 localidades en sus extremos es de 36 Km y es bastante accesible incluso para quien no tenga la costumbre de pedalear.

b) **RUTA CORTA:** 16 KM - 2 H APROX - DESNIVEL MEDIO 1 % - DIFICULTAD BAJA

Si crees que la distancia es muy grande para ti, puedes optar por hacer un recorrido más corto, entre Valença y V. N. de Cerveira, con solo 16 Km, siendo éste también el indicado para hacer en compañía de los niños.

La duración depende de cada uno, pues cada persona comanda su ritmo. En promedio se puede hacer en 4 horas si se comienza en Monção, o en 2 horas, si se comienza en Valença. Pero, si prefieres pedalear a tu ritmo, podrás incluso aprovechar para conocer algunos de sus principales lugares, llenos de historia y de extraordinarios paisajes, a lo largo de toda una jornada.

4.- VISITAS Y NUESTRAS SUGERENCIAS DURANTE EL RECORRIDO

La Ecopista está equipada con lavabos, bebederos, **zonas de descanso** y de **meriendas**.

Podrás llevar contigo comida y bebida, pero si eres un poco más exigente con tu alimentación, hay varios restaurantes en el camino o en las cercanías, donde podrás parar para probar un sabroso plato típico, acompañado de un excelente vino verde, ex libris de la región.

En el tramo entre Monção y Valença recomendamos una visita al **Centro Histórico de Monção**, subir a la **Torre Medieval de Lapela**, **darte un baño** en cualquiera de sus playas fluviales, **bucear** o simplemente echarte a **descansar en el arenal de la Foz do Manco**.

En el tramo entre Valença y Vila Nova de Cerveira, recomendamos una **visita al centro histórico de Valença**, **darse un baño en la Playa da Lenta**, visitar el bello **Centro Histórico de Vila Nova de Cerveira** y el **Parque de Lazer do Castelinho**.

5.- RESTAURANTES DURANTE EL RECORRIDO

- Restaurante Nossa Senhora da Cabeça en Valença
- Bar da Lenta en la playa de Lenta (Vila Nova de Cerveira)
- Snack bar do Castelinho en el Parque de Lazer do Castelinho (Vila Nova de Cerveira)
- Restaurante O Cozinheiro en Verdoejo a 400 m
- Restaurante Bom Jesus en la Fortaleza de Valença a 400 m
- Restaurante Sabores d'Aldeia en Vila Meã a 400 m
- Restaurante Adega Real en el centro de Vila Nova de Cerveira a 300 m

6.- SI TODAVIA TE QUEDAN FUERZAS

Si aún tienes fuerzas, puedes seguir un poco más en dirección a **Caminha** hasta la **playa de Mota** y **ver la puesta de sol**. También existe la posibilidad de probar otras actividades, como Rutas en Jeep 4x4, Kayak, Paddle o Paseo de Barco, en V. N. de Cerveira, en el Parque de Lazer do Castelinho.