



Asociación Castaño y Nogal

**Asunto: Circular propoñendo difusión e percorrido do Sendeiro de Quintá-Río Donsal**

**Prezados señores e prezadas señoras:**

Rogámoslles que divulguen entre os seus asociados, visitantes e/ou clientes información do Sendeiro de Quintá-Río Donsal, de **15,9 km de lonxitude.**, sito no concello de Becerreá (Lugo), polo que discorre nun 80%, nun 18% polo de Navia de Suarna e o outro 2% polo de Cervantes (Os Ancares), entorno da *Rede Natura 2000* e reserva da biosfera, promovido pola Asociación Castaño y Nogal, para o impulso do desenvolvemento rural e medio ambiental, sen fin de lucro, en cuxa execución participaron 23 voluntarios de 16 países e 3 continentes de SCI, máis o Equipo impulsor de A Coruña, cooperantes locais, así como algúns de Barcelona e Sevilla; realizado sin un euro de axuda pública.

<http://desnivel.com/excursionismo/una-asociacion-gallega-recupera-senderos-con-pasion-y-sin-un-duro-publico>

Trátase de unha Ruta cunha natureza en estado puro, con masa forestal e vexetación autóctona, con paisaxe, fervezas, patrimonio e riquezas etnográficas que varían cada 100/300 metros, con entornos dos que xa non quedan e o atractivo engadido no verán de que un 60% desta ruta mesma discorre por zonas de sombra de castiñeiros centenarios, carballos -algún milenario-, freixos, cerdeiras, olmos, abidueiras, especies como a uz, a xesta, o toxo, a carqueixa e outras igualmente autóctonas.

Comeza a unha altitude de 840 m. e acaba a 410 m., con catro accesos/saídas intermedios en aldeas con pistas asfaltadas, con grao de dificultade medio e a maioría dos tramos incluso medio-baixa, excepto a ida e volta á Fraga de Valiñas.

Máis información en icono e despregables da páxina

Web <http://www.asociacioncastanoynogal.com/sendero.html> y  
Blog [http://www.asociacioncastanoynogal.com/blog/?page\\_id=890](http://www.asociacioncastanoynogal.com/blog/?page_id=890)

Tamén no portal de sendeirismo de wikiloc.com, con rutas, mapas, comentarios, vídeos e reportaxes subidos polos propios sendeiristas que o percorreron, así como dos Campos de Traxallo Internacional, talleres, concerto músico-poético e noticias de prensa, revistas e reportaxes en Televisión de Galicia e V Televisión:

<http://bit.ly/LmtJd>

De precisar máis información, rogo contacten con, Ricardo Ares Pena, experto sendeirista, co-impulsor da Ruta e xerente da Asociación no e-mail [alareira@mundo-r.com](mailto:alareira@mundo-r.com)

Un saúdo,

Antonio Álvarez González  
Presidente  
Asociación Castaño y Nogal

