

FICHA DE RUTA DE SENDERISMO – ESFUERZA INVIERNO 2018/2019

RUTA 4: 27 ENERO

UBICACIÓN	
NOMBRE DE LA RUTA	Estuario do Anllóns
CONCELLO/S	Ponteceso
PROVINCIA	A Coruña
LUGAR DE SALIDA	Avenida Anllóns (Concello de Ponteceso)
COORDENADAS DE SALIDA	43.236774, -8.892588
LUGAR DE LLEGADA	A Vitureira – O Couto (Concello de Ponteceso)
COORDENADAS DE LLEGADA	43.245105, -8.918073
DATOS	
TIPO DE RUTA	Lineal
DISTANCIA (km lineales)	3,9 km
DESNIVEL DE SUBIDA ACUMULADO (m)	15 metros
SUBIDAS DE >10% (m lineales)	0 metros
BAJADAS DE >10% (m lineales)	0 metros
DIFICULTAD técnica	Fácil Fácil – Media baja - Media – Media alta – Difícil

ESFUERZO físico	Bajo Bajo – Medio bajo - Medio – Medio alto – Alto
ACCESIBILIDAD	Media alta Baja – Media baja - Media – Media alta – Alta
OBSTÁCULOS PRINCIPALES	- Pequeño tramo con firme irregular de hierba
DESCRIPCIÓN DE LA RUTA	
DESCRIPCIÓN	<p>Ruta por el Concello de Ponteceso.</p> <p>La ruta comienza en las afueras de Ponteceso. Un amplio camino de hierba pegado al río Anllóns nos llevará al pueblo del ilustre Eduardo Pondal. A partir de aquí nuestra ruta continúa por el malecón del río Anllóns que separa al mar de la marisma.</p> <p>Poco a poco nos adentraremos en el estuario del Anllóns, por un amplio y cómodo sendero, famoso por su riqueza en aves acuáticas y otras especies acuáticas. Un paisaje de singular belleza que no deja al visitante indiferente.</p> <p>Ruta especialmente recomendada para usuarios/as de sillas de ruedas (eléctricas o manuales)</p>
INTERESES PRINCIPALES	- Paisajístico - Cultural

SERVICIOS DURANTE LA RUTA	
Baños	<p>A 700 m del comienzo de la ruta: local de hostelería.</p> <p>A 700 m del final de la ruta: local de hostelería.</p>
Hostelería	<p>A 700 m del comienzo de la ruta: local de hostelería.</p> <p>A 700 m del final de la ruta: local de hostelería.</p>
Fuentes de agua	A 1,2 km del comienzo de la ruta.
Otros	--
EQUIPACIÓN RECOMENDADA	
Calzado	Deportivo cerrado
Vestimenta	<ul style="list-style-type: none"> - Ropa cómoda - Gorra - Ropa de abrigo y/o impermeable (según la previsión meteorológica)
Avituallamiento	Botella de agua y refrigerio
Vestimenta	<ul style="list-style-type: none"> - Pequeña mochila - Protector solar - Gafas de sol

*TLF Contacto día de la Ruta: 654 612 352