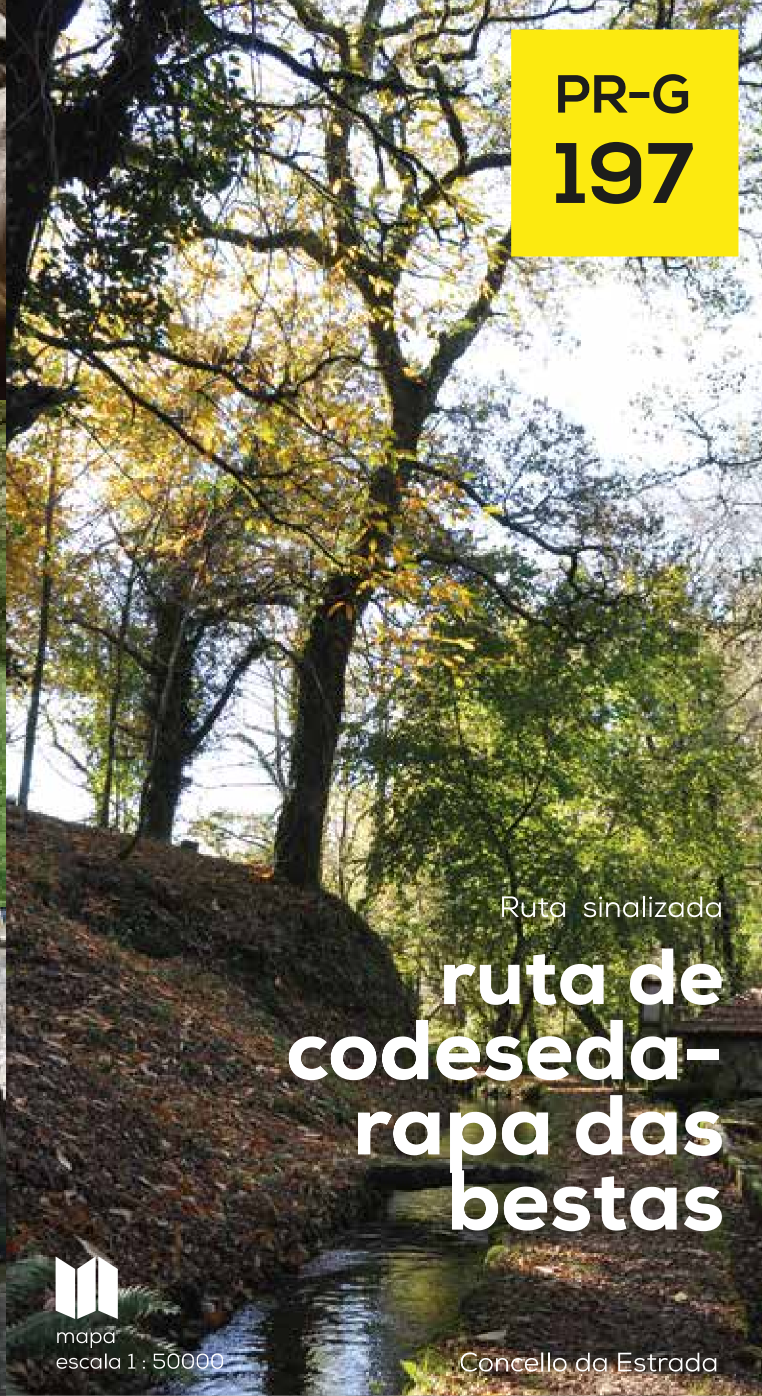
O PR-G 197 é un sendeiro circular que percorre maioritariamente as parroquias de San Xurxo de Codeseda e San Lourenzo de Sabucedo, no concello da Estrada.

As distancias que separan os dous núcleos son 13 e 17 quilómetros, o que permite dividir a ruta en dúas etapas. Outra maneira de dividila é mediante a variante que parte do lugar da Grela e descende ata Codeseda (PR-G 197.1). Así conseguimos dúas rutas circulares: unha de 16 quilómetros se camiñamos no sentido das agullas do reloxio e outra de 20 quilómetros se o facemos no sentido contrario.

O interese do sendeiro é múltiple e achéganos a varios xacementos arqueolóxicos de época prehistórica, a mosteiros e calzadas de orixe medieval e a igrexas, hórreos, pontes e muíños de época moderna.

Destaca a diversidade paisaxística e de relevo: zonas de río con bosques autóctonos e áreas de media montaña, hábitat dos cabalos salvaxes que participan na rapa das bestas de Sabucedo.

Ábsida da igrexa de Codeseda



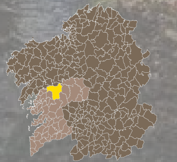
PR-G
197

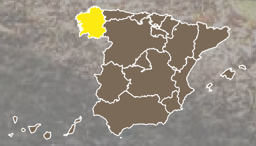
Ruta sinalizada

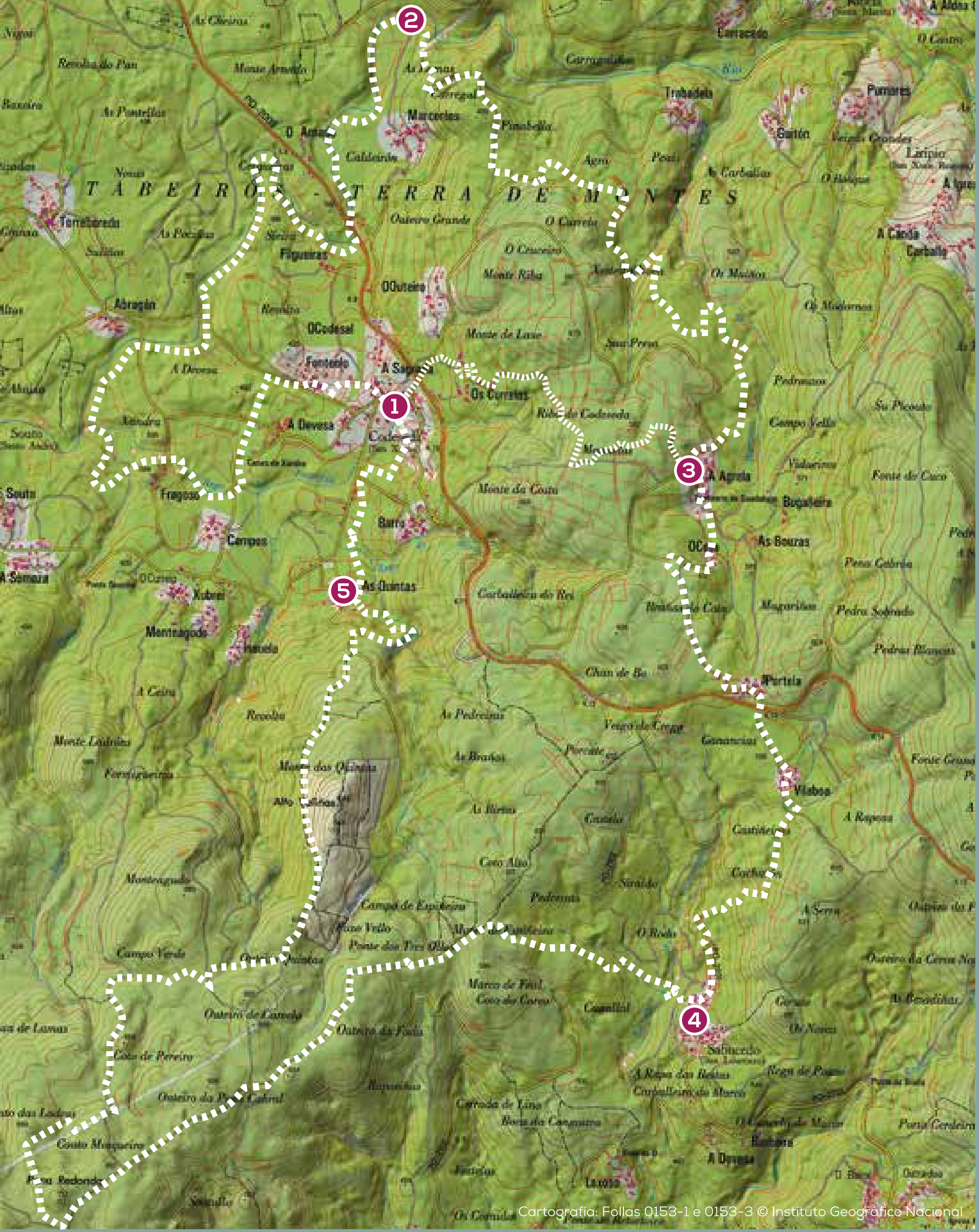
ruta de codeseda-rapa das bestas

mapa
escala 1 : 50000

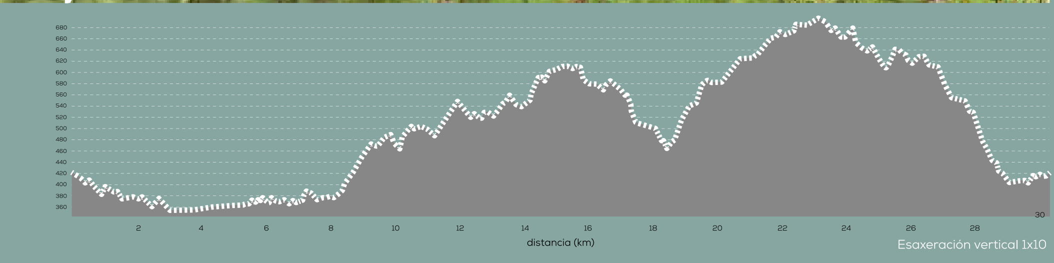
Concello da Estrada







Cartografía: Follas 0153-1 e 0153-3 © Instituto Geográfico Nacional



Puntos de Interese

Codeseda ❶
Río Umia ❷
A Grela ❸
Sabucedo ❹
As Quintas ❺

- continuidade do sendeiro
- derivación
- cambio de dirección
- dirección equivocada

MIDE ruta de codeseda rapa das bestas

horario	12 h
desnivel de subida	964 m
desnivel de baixada	970 m
distancia horizontal	30,30km
tipo de percorrido	circular

Zonas encharcadas en épocas de chuvia

Condicións para verán, tempos estimados segundo criterio MIDE, sen paradas.

4	severidade do medio natural
2	orientación no itinerario
3	dificultade no desprazamento
5	cantidade de esforzo necesario

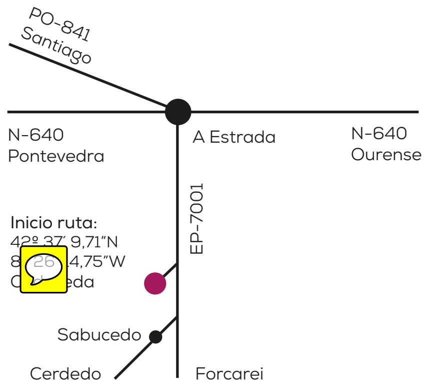
MEDIO Severidade do medio natural	1 O medio natural non está exento de riscos 2 Hai máis dun factor de risco 3 Hai varios factores de risco 4 Hai bastantes factores de risco 5 Hai moitos factores de risco	
ITINERARIO Dificultade de orientarse no itinerario	1 Camiños e encrucilladas ben definidos 2 Sendas ou sinalización que indica a continuidade 3 E[illegible]ación precisa de accidentes xeográficos e de puntos car[illegible]mais 4 E[illegible]e orientación e navegación fóra de traza 5 A[illegible]interrompida por obstáculos que hai que bordear	
DESPRAZAMENTO Dificultade no desprazamento	1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por camiños de ferradura 3 Marcha por sendas graduadas ou terreos irregulares 4 É preciso o uso das mans para manter o equilibrio 5 Require pasos de escalada para a progresión	
ESFORZO Cantidade de esforzo necesario	1 Ata 1 h de marcha efectiva 2 Máis de 1 h e ata 3 h de marcha efectiva 3 Máis de 3 h e ata 6 h de marcha efectiva 4 Máis de 6 h e ata 10 h de marcha efectiva 5 Máis de 10 h de marcha efectiva	Calculado segundo criterios MIDE para un excursionista medio pouco cargado

Sendeiro sinalizado
Ano de homologación 2016
Promotor Concello da Estrada
Entidade homologadora
Federación Galega de Montañismo

teléfono emerxencias 112

Onde aloxarse:
Casas de turismo rural en Codeseda e Albergue Hípico de Sabucedo.
Descarga o track e infórmate sobre onde comer, durmir, que visitar... en www.turismo.aestrada.com

O Concello da Estrada trata de fomentar o turismo responsable. Goza da natureza sen alterala.



promove:

CONCELLARÍA DE SANIDADE, TURISMO E RELACIÓNS INSTITUCIONAIS
EXCMO. CONCELLO DA ESTRADA

colaboran:

#retoCodesedaSabucedo

SABUCEDO
a rapa das bestas

FEDERACIÓN GALEGA DE MONTAÑISMO
F. G. M.

PRG_197
Ruta de Codeseda-Rapa das Bestas
Ruta homologada no ano 2018