

# Parque Natural Serra da Enciña da Lastra

REDE DE PARQUES NATURAIS

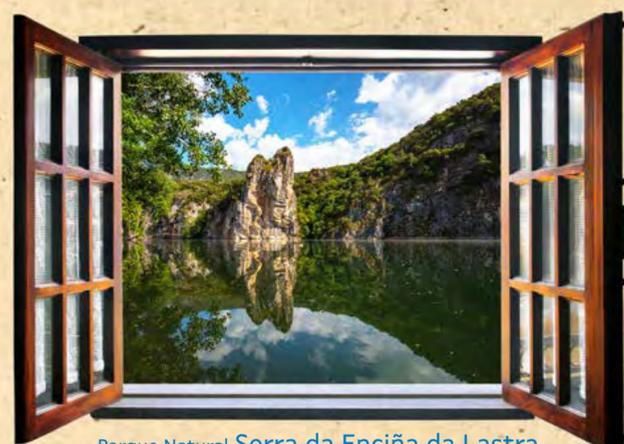
Guía e plano  
Guía y plano



PARQUE NATURAL  
SERRA DA ENCIÑA  
DA LASTRA



@MAmbienteXunta  
cmav.xunta.gal



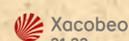
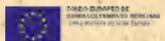
## Parque Natural Serra da Enciña da Lastra

① CENTRO DE VISITANTES

Praza dos Bolos, s/n. Biobra (32004, Rubiá - Ourense)

SERVIZO DO PATRIMONIO NATURAL DE OURENSE

988 386376/988 386029 - servizo.conservacion.natureza.ourense@xunta.gal



21-22

O Parque Natural "Serra da Enciña da Lastra" foi declarado no ano 2002 e ocupa unha superficie de 3.151 Ha. Unha parte da súa extensión é espazo protexido Rede Natura 2000, como Zona de Especial Conservación (ZEC) e como Zona de Especial Protección para as Aves (ZEPA). Tamén acolle unha aciñeira declarada árbore senlleira. Neste espazo abundan as rochas calcarias que ofrecen cantís idóneos para a cría de aves rapaces, ademais de buracos e covas (chamadas aquí "palas") que serven de refuxio a un bo número de especies de morcegos.

Entre as rapinas destacan a aguiña real (*Aquila chrysaetos*) e o voitre branco (*Neophron percnopterus*), que sobreviven os penedos xunto con falco-cóns peregrinos (*Falco peregrinus*) e choiás de bico vermello (*Pyrhocorax pyrrhocorax*). Os montes están dominados por extensos bosques naturais de aciñeira (*Quercus rotundifolia*),

mezclados con érbedos (*Arbutus unedo*), lentellas (*Phillyrea angustifolia*) e escornacabras (*Pistacia terebinthus*).

En primavera a serra sorpréndenos coa maior diversidade de orquídeas de Galicia, complementada por unha gran variedade doutras plantas, sustento de bolboretas e outros insectos polinizadores.

Por todo o territorio atoparemos belas mostras de arquitectura tradicional, con emblemáticos "louxados", muros de "pedra solta", e o constante uso da madeira en trabes e balcóns. Os fornos de cal e pombais que atopamos dispersos polo Parque son distintivos do seu patrimonio. A pegada humana faise notar desde moi antigo con mámoas, castros ou a calzada romana, e máis recentemente en campos e bosques, con viñas, colmeares e soutos aproveitando os recursos presentes.

El Parque Natural "Serra da Enciña da Lastra" fue declarado en el año 2002 y ocupa una superficie de 3.151 Ha. Una parte de su extensión es espacio protegido Red Natura 2000, como Zona de Especial Conservación (ZEC) y como Zona de Especial Protección para las Aves (ZEPA). También acoge una encina declarada árbol singular. En este espacio abundan las rocas calizas que ofrecen acantilados idóneos para la cría de aves rapaces, además de agujeros y cuevas (llamadas aquí "palas") que sirven de refugio a un buen número de especies de murciélagos.

Entre las rapinas destacan el águila real (*Aquila chrysaetos*) y el buitre blanco (*Neophron percnopterus*), que sobrevuelan las peñas junto con halcones peregrinos (*Falco peregrinus*) y chovas de pico rojo (*Pyrhocorax pyrrhocorax*). Los montes están dominados por extensos bosques naturales de encina (*Quercus*

*rotundifolia*), mezclados con madroños (*Arbutus unedo*), labiérnagos (*Phillyrea angustifolia*) y cornicabra (*Pistacia terebinthus*).

En mejores tierras aparecen espesos espinales, ricos en frutos otoñales que son alimento de aves invernantes. En los claros pedregosos y muy soleados florece el cantueso (*Lavandula stoechas*) y otras aromáticas, entre ellas el orégano y varias especies de tomillos (*Thymus spp.*). En las zonas más escarpadas aparece alguna sorpresa, como las matas de *Petrocoptis grandiflora* y *Armeria rothmaleri*, plantas solo presentes en el mundo en esta comarca y en zonas leonesas próximas.

En otras áreas dominan los matos de jaras (*Cistus ladanifer*), retama blanca (*Cytisus multiflorus*) y brezo rubio (*Erica australis*), que colorean la primavera de tonos blancos y rojizos.

El embalse de Penarrubia caracteriza las partes bajas del Parque, enrique-

ciendo el paisaje y albergando diversas especies de peces, alimento de mamíferos como la nutria y de aves como garzas, martin pescador, somormujos y águilas pescadoras.

En primavera la sierra nos sorprende con la mayor diversidad de orquídeas de Galicia, complementada por una gran variedad de otras plantas, sustento de mariposas y otros insectos polinizadores.

Por todo el territorio encontraremos bellas muestras de arquitectura tradicional, con emblemáticos "louxados", muros de "pedra suelta", y el constante uso de la madera en vigas y balcones. Los hornos de cal y palomares que encontramos dispersos por el Parque son distintivos de su patrimonio. La huella humana se hace notar desde muy antiguo con túmulos, castros o la calzada romana, y más recientemente en campos y bosques, con viñas, colmenares y sotos aprovechando los recursos presentes.

### ruta 1 Ruta do Real de Oulego

media media 2:30 h. 4'0 km lineal lineal a pé a pie

INICIO/FIN: Oulego/O Robledo de Lastra - O Robledo da Lastra/Oulego

GL O camiño comeza en Oulego na área de descanso da Ponte ao carón do río Galir. Hai que coller á esquerda por un camiño agrícola que discorre paralelo, pola dereita e pola esquerda, ao curso fluvial despois de cruzalo por dous pontóns de madeira (Pontón de Lavegos y Pontón de Real de Oulego). Transcorre por terras dedicadas a viño, hortas, pasteiros, chopeiras e a partes baixas dos extensos soutos de castiños de Oulego. Na beira do curso fluvial atopamos salgueiros, freixos, amieiros e chopos. Unha vez na beira dereita do río Galir, colleremos a pista que nos levará ata a aldea do Robledo da Lastra. A ruta pódese facer en sentido inverso.

ES El camino se inicia en Oulego en el área de descanso de A Ponte, al lado del río Galir. Hay que coger a la izquierda por un camino agrícola que discurre paralelo, por la derecha e izquierda, al curso fluvial después de cruzarlo por dos pontones de madera (Pontón de Lavegos y Pontón de Real de Oulego). Transcurrir por tierras dedicadas a viñedo, huertas, pastizales, choperas y las partes bajas de los extensos sotos de castaños de los vecinos de Oulego. En la orilla del curso fluvial encontramos sauces, fresnos, alisos y chopos. Una vez en la orilla derecha del río Galir, cogemos la pista que nos llevará hasta la aldea de O Robledo da Lastra. La ruta se puede hacer en sentido inverso.

### ruta 2 Ruta da Vía Romana

media media 3:30 h. 8'6 km circular circular a pé a pie

INICIO/FIN: Área descanso O Porto

GL Iniciamos a ruta nunha área recreativa ao carón do río Galir no Porto, colgando en dirección ao cemiterio para tomar a primeira desviación á esquerda que nos levará ao Alto do Coñal a través dun tramo da calzada romana que unía Astorga e Braga. Este primeiro tramo está caracterizado por cultivos, sobreiras, matogueiras de estevas, uceiras e algún que outro castiño. Continuamos a ascensión, en dirección á Cruz de Lamazal, cogiendo unha desviación á dereita que nos leva, en chan, á zona denominada Cruz dos Pedregais, entre pasteiros, cultivos e soutos. Contemplamos unha espléndida panorámica do valle del río Galir, coas aldeas de O Robledo da Lastra, O Porto y O Real. Posteriormente descenderemos, entre matogueiras de estevas ata o punto de partida.

ES Iniciamos la ruta en una área recreativa al lado del río Galir en O Porto, cogiendo en dirección al cementerio para tomar la primera desviación a la izquierda que nos llevará al Alto do Coñal a través de un tramo de la calzada romana que unía Astorga y Braga. Este primer tramo está caracterizado por cultivos, alcornoques, matorrales de jaras, brezales y algún que otro castaño. Continuamos la ascensión, en dirección a la Cruz de Lamazal, cogiendo una desviación a la derecha que nos lleva, en llano, a la zona denominada Cruz dos Pedregais, entre pastos, cultivos y sotos. Contemplamos una espléndida panorámica del valle del río Galir con las aldeas de O Robledo da Lastra, O Porto y O Real. Posteriormente descendiremos, entre matorrales de jaras, hasta el punto de partida.

### ruta 3 Ruta da Ermida de Santo Estevo

media media 3:00 h. 6'0 km circular circular a pé a pie

INICIO/FIN: Área descanso de Pardollán

GL Nunha área de descanso preto de Pardollán, comezamos a andaina dirixíndonos á aldea. Pasadas as primeiras casas existe un sendeiro á dereita cun elevado desnivel que nos leva á ermida de Santo Estevo entre bosques de aciñeiras. O esforzo paga a pena polo conxunto: ermita, muro, auga procedente de cova e de contorno calcario con bosque mediterráneo. A outra alternativa é atravesar a aldea e desviarnos a la derecha por la pista que pasa junto al cementerio. Continuamos la ascensión y llegamos a un estrecho desde donde vemos una espléndida panorámica de Pardollán. Seguimos ascendiendo hasta el Alto del Carballín, tras atravesar pastizales y dejar a la derecha una antigua mina de pintura. Descendemos a Vilardesilva hasta llegar al mirador de la Cruz, enfrente de Penarrubia para continuar en dirección a Pardollán hasta el área de salida.

procedente de cova e de contorno calcario con bosque mediterráneo.

ES En un área de descanso cerca de Pardollán, comenzamos la caminata hacia la aldea. Pasadas las primeras casas existe un sendero a la derecha con un elevado desnivel que nos lleva a la ermita de Santo Estevo entre bosques de encinas. El esfuerzo merece la pena por el conjunto: ermita, molino, agua procedente de cueva y entorno calcáreo con bosque mediterráneo. La otra alternativa es atravesar la aldea y desviarnos a la derecha por la pista que pasa junto al cementerio. Continuamos la ascensión y llegamos a un estrecho desde donde vemos una espléndida panorámica de Pardollán. Seguimos ascendiendo hasta el Alto del Carballín, tras atravesar pastizales y dejar a la derecha una antigua mina de pintura. Descendemos a Vilardesilva hasta llegar al mirador de la Cruz, enfrente de Penarrubia para continuar en dirección a Pardollán hasta el área de salida.

### ruta 6 Ruta Val do Sil

baixa/media media 2:30 h. 5'0 km lineal lineal a pé a pie

INICIO/FIN: Miradoiro A Portela-Vilardesilva/Mirador A Portela-Vilardesilva

INICIO/FIN: Área do túnel da N-120 de Covas / Área del túnel de la N-120 de Covas

GL A ruta comeza en Vilardesilva, no miradoiro da Portela (640 m) cunha espléndida panorámica do núcleo rural asentado nunha ladeira en balconada sobre o encoro de Penarrubia e ao pé dun inmenso cortado calcario. Atravesamos a aldea de Vilardesilva, cunha arquitectura tradicional singular, para continuar descendendo entre leiras e matogueiras espíntentas. Seguimos polo antigo sendeiro que unía Vilardesilva e Covas atravesando un hermoso encinar, entre madroños, hozadas de jibali y cortados calizos. Unha vez pasado un forno de cal da era preindustrial continuamos entre castiños e cultivos ata o núcleo rural de Covas. Pasada a aldea atopámonos coa aciñeira das Cortiñas, catalogada como árbore senlleira, para ascender ata un miradoiro (540 m) ao carón dos túneles da N-120, onde remata a andaina. A ruta tamén se pode facer en sentido inverso. ES La ruta comienza en Vilardesilva, en el mirador de A Portela (640 m), con una espléndida panorámica del núcleo rural asentado en una ladera en balconada sobre el embalse de Penarrubia, al pie de un inmenso cortado calizo. Atravesamos la aldea de Vilardesilva, con una arquitectura tradicional singular, para continuar descendiendo entre leiras y matogueras espíntentas. Seguimos por el antiguo sendero que unía Vilardesilva y Covas atravesando un hermoso encinar, entre madroños, hozadas de jibali y cortados calizos. Una vez pasado un horno de cal de la era preindustrial, continuamos entre castaños y cultivos hasta el núcleo rural de Covas. Pasada la aldea encontramos la encina de As Cortiñas, catalogada como árbol singular, para ascender hasta un mirador (540 m) al lado de los túneles de la N-120, donde acaba la caminata. La ruta también se puede hacer en sentido inverso Covas-Vilardesilva.

### ruta 7 Ruta Soutos baixo Pena Falcueira

media/alta media/alta 1:45 h. 3'9 km circular circular a pé a pie

INICIO/FIN: Área de descanso do Tanque / Área de descanso de O Tanque

GL A ruta comeza na área de descanso do Tanque (647 m), desde a que divisamos unha magnífica panorámica da aldea de Covas en dirección ao Estrecho. Nos diriximos en ascenso cara a Biobra para, despois de atravesar soutos de castiños e matogueiras de estevas, tomar a desviación á dereita que nos leva ao Alto da Escrita (807 m). Aquí podemos facer unha parada no percorrido para contemplar e interpretar as dúas vertentes que caracterizan o espazo protexido: a do río Sil e a do río Galir. Descendemos por unha corga que nos leva, entre castiños dos veciños de Covas, al antigo camiño que unía Covas y Biobra para coger a la derecha y, después de atravesar un soto de castaños naturalizado, llegar al lugar del que partimos.

ES La ruta comienza en la área de descanso del Tanque (647 m), desde la que divisamos una magnífica panorámica de la aldea de Covas en dirección al Estrecho. Nos dirigimos en ascenso hacia Biobra para, después de atravesar castaños y matorrales de jaras, tomar la desviación a la derecha que nos lleva al Alto da Escrita (807 m). Aquí podemos hacer una parada en el recorrido para contemplar e interpretar las dos vertentes que caracterizan al espacio protegido: la del río Sil y la del río Galir. Descendemos por una ladera que nos lleva, entre castaños de los vecinos de Covas, al antiguo camino que unía Covas y Biobra para coger a la derecha y, después de atravesar un soto de castaños naturalizado, llegar al lugar del que partimos.

### ruta 8 Ruta das Dúas Vertentes

media media 1:30 h. 4'0 km circular circular a pé a pie

INICIO/FIN: Centro de Visitantes Biobra

GL Iniciando a ruta no centro de visitantes do Parque Natural en Biobra, ascenderemos en dirección ao cemiterio. Unha vez pasado este, tomaremos un camiño ascendente que nos levará, entre soutos de castiños e terras de cultivo, ata o lugar coñecido como "Ladeira Abeirada", desde onde divisaremos un boa paisaxe do val do río Galir. Seguimos o sendeiro rodeados de encinas e estevas ata chegar ao miradoiro do lugar coñecido como Alto da Escrita (807 m), tendo unha impresionante e fermosa visual dos vales dos ríos Sil e Galir. No descenso colteremos unha desviación á dereita que nos levará, entre castiños e cultivos, ata o núcleo rural de Biobra para continuar polas ruas da aldea e ascender ata o centro de visitantes, lugar de partida.

ES Iniciando la ruta en el centro de visitantes del Parque Natural en Biobra, ascendemos en dirección al cementerio. Una vez pasado este, tomaremos un camino ascendente que nos llevará, entre castaños y tierras de cultivo, hasta el lugar conocido como "Ladeira Abeirada", desde donde divisaremos un amplio paisaje del valle del río Galir. Seguimos el sendero rodeados de encinas y estevas hasta llegar al mirador conocido como Alto da Escrita (807 m), teniendo una impresionante y hermosa visual de los vales de los ríos Sil y Galir. En el descenso cogemos una desviación a la derecha que nos llevará, entre castaños y cultivos, hasta el núcleo rural de Biobra para continuar por las calles de la aldea y ascender hasta el centro de visitantes, lugar de partida.

### ruta 9 Ruta das Galegas

baixa/media media 2:30 h. 6'8 km lineal lineal a pé a pie

INICIO/FIN: Área de descanso de Valdesalvador

INICIO/FIN: Área do tanque de incendios (Oulego) / Área del tanque de incendios

GL Iniciamos a ruta na área de descanso de Valdesalvador, en Biobra, desde onde divisamos unha panorámica do val do río Galir. Collemos o camiño en dirección ao alto da serra entre aciñeiras, sendo a vexetación que domina neste tramo de ruta. Unha vez que chegamos ao cumio, antes da Pena da Portela do Penedón (848 metros), desviámonos por un sendeiro en dirección ás Galegas ata chegar a zona denominada Cruz dos Pedregais, na que se fai máis patente a matogueira mediterránea de estevas. Desde aquí, dirixímonos en dirección aos singulares Penedos de Oulego, para descender ata o núcleo rural entre leiras, soutos de castiños e pasteiros e chegar ao barrio de Valdesobreira, onde contemplaremos exemplos de arquitectura tradicional. Finalizamos a ruta na área do tanque de incendios, área da Ponte, na beira do río Galir. A ruta tamén se pode facer en sentido inverso Oulego-Biobra. ES Iniciamos la ruta en el área de descanso de Valdesalvador, en Biobra, desde donde divisamos una panorámica del valle del río Galir. Cogemos el camino en dirección al

alto de la sierra entre encinas, siendo la vegetación que domina en este tramo de ruta. Una vez que llegamos al alto, antes de llegar a la Pena da Portela (848 metros), nos desviamos por un sendero en dirección a As Galegas hasta llegar a la zona denominada Cruz dos Pedregais, en la que se hace más patente el matorral mediterráneo de jaras. Desde aquí, nos dirigimos en dirección a los singulares Penedos de Oulego, para descender hasta el núcleo rural entre cultivos, sotos de castaños y pastizales y llegar al barrio de Valdesobreira, donde contemplaremos ejemplos de arquitectura tradicional. Finalizamos en el área del tanque de incendios en la orilla del río Galir. La ruta puede hacerse en sentido inverso Oulego-Biobra.

### ruta 5 Ruta Baixo de Páramo

media media 2:00 h. 4'0 km circular circular a pé a pie

INICIO/FIN: Área de descanso de Cornatel

GL A ruta comeza nun camiño totalmente chan no primeiro quilómetro, entre aciñeiras e sobreiras, ata atopar unha bifurcación que colteremos á esquerda que descende ata a beira do río Sil, hoxe remansado polo encoro de Penarrubia. Proseguimos a ruta ladeira arriba para atopar de novo o camiño inicial, entre aciñeiras, sobreiras e muros de pedra calcaria de antigos socacos de cultivo. Poderemos gozar dunha espléndida panorámica do val de Covas con terras de cultivo, soutos de castiños, aciñeiras, érbedos, sobreiras e, preto do curso fluvial, amieiros, freixos e chopos. Atentos ao ceo para ver aves coma o voitre branco, o falco peregrino ou a emblemática aguiña real.

ES La ruta comienza en un camino totalmente llano en el primer kilómetro, entre encinas y alcornoques, hasta encontrar una bifurcación que cogemos a la izquierda que descende hasta la orilla del río Sil, hoy remansado por el embalse de Penarrubia. Proseguimos la ruta ladera arriba para encontrar de nuevo el camino inicial, entre encinas, alcornoques y muros de piedra caliza de antiguos bancales de cultivo. Podremos disfrutar de una espléndida panorámica del valle de Covas con tierras de cultivo, sotos de castaños, encinares, madroños, alcornoques y cerca del curso fluvial, alisos, fresnos y chopos. Atentos al cielo para ver aves rapaces como el águila real, el halcón peregrino o la emblemática águila real.

### ruta 10 Ruta Tras os Penedos

baixa media 0:25 h. 1'5 km circular circular a pé a pie

INICIO/FIN: Área de descanso Caprada

GL A ruta comeza na área de descanso de Caprada, desde a que divisamos unha hermosa panorámica das abas norte dos impresionantes Penedos de Oulego, estando omnipresentes durante todo o percorrido da ruta. Comezamos a camiñada entre matogueiras de xestas e de uces para axiña atopar as primeiras repoboações de piñeiro silvestre (*Pinus sylvestris*), piñeiro de Oregón (*Pseudotsuga menziesii*), cipreses (*Cupressus sp.*), xunto a outras frondosas entre as que temos: carballo americano (*Quercus rubra*), faias (*Fagus sylvatica*) ou cereleiras (*Prunus avium*). Unha vez cruzado o regato pasamos xunto a un soto de castiños, encontrando algún pie de tejo (*Taxus baccata*) para coger o sendeiro ascendente que nos levará á zona onde comezou a ruta.

ES La ruta comienza en el área de descanso de Caprada, desde la que divisamos una hermosa panorámica de las laderas norte de los impresionantes Penedos de Oulego, estando omnipresentes durante todo el recorrido de la ruta. Comenzamos la caminata entre matorrales de retamas y brezos para enseguida encontrar las primeras repoblaciones de pino silvestre (*Pinus sylvestris*), pino de Oregón (*Pseudotsuga menziesii*), cipreses (*Cupressus sp.*); junto a frondosas como: roble americano (*Quercus rubra*), hayas (*Fagus sylvatica*) o cerezos (*Prunus avium*). Una vez cruzado el arrollo pasamos junto a un soto de castaños, encontrando algún pie de tejo (*Taxus baccata*) para coger el sendero ascendente que nos llevará a la zona donde comenzó la ruta.



### Rutas

- 1 Ruta do Real do Oulego
- 2 Ruta da Vía Romana
- 3 Ruta da Ermida de Santo Estevo
- 4 Ruta do Caleiro
- 5 Ruta Baixo de Páramo
- 6 Ruta Val do Sil
- 7 Ruta Soutos baixo Pena Falcueira
- 8 Ruta das Dúas Vertentes
- 9 Ruta das Galegas
- 10 Ruta Tras os Penedos

---

- Linde do parque  
*Limite del parque*
- Zona de reserva  
*Zona de reserva*
- Zona de uso limitado  
*Zona de uso limitado*
- Zona de uso xeral  
*Zona de uso general*
- Resto. Zona de uso compatible  
*Resto. Zona de uso compatible*
- Bosque mediterráneo  
*Bosque mediterráneo*
- Mato mediterráneo  
*Matorral mediterráneo*
- Castiñeiros  
*Castiños*
- Cultivos  
*Cultivos*
- Pasterios  
*Pastos*



Descarga aquí a App dos Parques Naturais e Nacionais de Galicia. Escanea o código QR co teu móbil.

Accede dende aquí á información do Parque Natural da Serra da Enciña da Lastra e a todas as publicacións en pdf. Escanea o código QR co teu móbil.

Descarga aquí a APP de los Parques Naturales y Nacionales de Galicia. Escanea el código QR con tu móvil.

Accede desde aquí a la información del Parque Natural de Serra da Enciña da Lastra y a todas las publicaciones en pdf. Escanea el código QR con tu móvil.



### Decálogo de boas prácticas no Parque Natural da Serra da Enciña da Lastra

- INFÓRMATE** das normas e itinerarios do Parque para evitar impactos que afecten os seus valores. Consulta a previsión do tempo. Se tes dúbidas, pregunta no Centro de Visitantes (Praza dos Bolos, s/n. Biobra. 32004, Rubiá) ou na web [patrimoniounatural.xunta.gal/](http://patrimoniounatural.xunta.gal/).
- EQUIPATE.** Leva roupa e calzado axeitado e realiza actividades acordes ás túas capacidades. Lembra ter sempre cargado o móbil: o 112 é o teléfono de emerxencias e o 062, el da Garda Civil.
- MÓVETE** unicamente polas rutas e sendeiros de uso público. Transitar fóra dos camiños perturba a fauna e dana a flora e os hábitats do Parque e tamén pode ser unha vía de introdución de plantas exóticas.
- VALORA ESTE TESOURO E NON DEIXES PEGADA.** Extrema a precaución para non molestar os animais ou danar a vexetación. Recolle os teus desperdicios e non deixes rastro do teu paso. Recorda que tampouco debes levar máis do que traes. Cada pedra, planta, grao de area... ten a súa función no ecosistema.
- DEIXA O TEU COCHE** nos aparcadoiros habilitados. Non circules co coche, a moto, quad ou bicicleta fóra das estradas e pistas habilitadas para elo, e faino a unha velocidade moderada.
- RESPONSABILÍZATE DA TÚA MASCOTA.** O seu instinto e comportamento natural inciden na fauna e flora local, independentemente de se o animal ten boa conduta e se atopa coas vacinas ao día.
- O LUME PODE DESTRUIR A VIDA.** Non acendas fogueiras nin tires cabichas.
- CONECTA COA NATURALEZA** a través dos sentidos, camiña sen prisa e goza. Podes participar nalgunha das actividades de educación ambiental gratuítas ofertadas polo Parque.
- RESPECTA A POBOACIÓN LOCAL E CONSUME LOCALMENTE.** Hai xente que vive neste Parque; valora os seus usos e costumes. Evita obstruír camiños ou accesos a vivendas e non entres en terreos particulares. Facendo uso de tendas, bares e restaurantes da contorna do Parque axudas á economía local.
- RESPECTA A LA POBLACIÓN LOCAL Y CONSUME LOCALMENTE.** Hay gente que vive en este Parque; valora sus usos y costumbres. Evita obstruir caminos o accesos a viviendas y no entres en terrenos particulares. Haciendo uso de tiendas, bares y restaurantes del entorno del Parque ayudas a la economía local.
- COLABORA** coa conservación e xestión do Parque Natural. Lembra que non está permitida a acampada libre nin facer lume. Axúdanos a mellorar coas túas achegas ao Centro de Recepción de Visitantes ou a través do correo electrónico [servizo.conservacion.naturaleza.ourense@xunta.gal](mailto:servizo.conservacion.naturaleza.ourense@xunta.gal).

### Decálogo de buenas prácticas en el Parque Natural da Serra da Enciña da Lastra

- INFÓRMATE** de las normas e itinerarios del Parque para evitar impactos que afecten a sus valores. Consulta la previsión del tiempo. Si tienes dudas, pregunta en el Centro de Visitantes (Praza dos Bolos, s/n. Biobra. 32004, Rubiá) o en la web [patrimoniounatural.xunta.gal/](http://patrimoniounatural.xunta.gal/).
- EQUIPATE.** Lleva roupa e calzado adecuado e realiza actividades acordes a tus capacidades. Recuerda tener siempre cargado el móvil: el 112 es el teléfono de emergencias y el 062, el de la Guardia Civil.
- MUÉVETE** únicamente por las rutas y senderos de uso público. Transitar fuera de los caminos perturba a la fauna y daña a la flora y los hábitats del Parque y también puede ser una vía de introducción de plantas exóticas.
- VALORA ESTE TESORO Y NO DEJES HUELLA.** Extrema la precaución para no molestar a los animales o dañar la vegetación. Recoge tus desperdicios y no dejes rastro de tu paso. Recuerda que tampoco debes llevar más de lo que traes. Cada piedra, planta, grano de arena... tiene su función en el ecosistema.
- DEJA TU COCHE** en los aparcamientos habilitados. No circules con el coche, moto, quad o bicicleta fuera de las carreteras y pistas habilitadas para ello, y hazlo a una velocidad moderada.
- RESPONSABILÍZATE DE TU MASCOTA.** Su instinto y comportamiento natural inciden en la fauna y flora local, independientemente de si el animal tiene buena conducta y se encuentra con las vacunas al día.
- EL FUEGO PUEDE DESTRUIR LA VIDA.** No enciendas hogueras ni tires colillas.
- CONECTA CON LA NATURALEZA** a través de los sentidos, camina sin prisa y disfruta. Puedes participar en alguna de las actividades de educación ambiental gratuitas ofertadas por el Parque.
- RESPECTA A LA POBLACIÓN LOCAL Y CONSUME LOCALMENTE.** Hay gente que vive en este Parque; valora sus usos y costumbres. Evita obstruir caminos o accesos a viviendas y no entres en terrenos particulares. Haciendo uso de tiendas, bares y restaurantes del entorno del Parque ayudas a la economía local.
- COLABORA** con la conservación y gestión del Parque Natural. Recuerda que no está permitida la acampada libre ni hacer fuego. Ayúdanos a mejorar con tus aportaciones al Centro de Recepción de Visitantes o a través del correo electrónico [servizo.conservacion.naturaleza.ourense@xunta.gal](mailto:servizo.conservacion.naturaleza.ourense@xunta.gal).



- Centro de visitantes do parque  
*Centro de visitantes del parque*
- Vistas panorámicas  
*Vistas panorámicas*
- Miradoiro  
*Mirador*
- Fonte  
*Fuente*
- Área recreativa  
*Área recreativa*
- Árbore senlleira  
*Árbol singular*
- Cavidade cárstica  
*Cavidad kárstica*
- Encoro  
*Embalse*
- Elemento arquitectónico singular  
*Elemento arquitectónico singular*
- Restos arqueolóxicos  
*Restos arqueológicos*
- Arquitectura tradicional, etnografía  
*Arquitectura tradicional, etnografía*
- Igrexa, capela  
*Iglesia, capilla*

- 01. Miradoiro da Caprada
- 02. Área de descanso A Ponte
- 03. Miradoiro da Petada
- 04. Indicios da "Vía Nova"
- 05. Igrexa San Cristovo do Real
- 06. Ermida de Santo Estevo de Pardollán
- 07. "Minas de Pintura"
- 08. Miradoiro da Cruz
- 09. Miradoiro da Portela
- 10. Área de descanso Poula do Couso
- 11. Forno de cal (O Rebolal)
- 12. Caleira de Covas
- 13. Terrazas fluviais
- 14. Estación de ferrocarril de Covas
- 15. Igrexa de San Salvador de Covas
- 16. Embarcadero de Covas
- 17. Aciñeira das Cortiñas (Covas)
- 18. Miradoiros do Túnel do Estreito
- 19. Miradoiro do Tanque
- 20. Alto da Escrita
- 21. Área recreativa As Portas da Veiga de Cascallá
- 22. Área de descanso N-120