



de Pena Trevinca. Hai que reservar forzas para facer o regreso pola mesma ruta ou baixar seguindo os outros sendeiros homologados: o PR-G 198 baixa ata Villanova e o PR-G 201 permite achegarse ata as lagoas glaciares da Serpe e de Ocelo, baixando logo ata a Ponte (PR-G 200) ou seguindo pola Serra Calva (PR-G 201). Hai que ser precavidos xa que non hai fontes durante o percorrido e os puntos de auga son escasos. Os camiantes deben lembrar que este sendeiro ten zonas sen cobertura telefónica, polo que non é recomendable aventurarse en solitario.

A uns 300 metros antes de chegar á citada ponte, a ruta xira á esquerda e comeza o seu ascenso cara ao Val de Meladas. Cando acada os 1370 metros de altitude conecta durante un breve tramo (uns 410 metros de pista) co PR-G 198.1 e, cando se separa, cruza o río de Meladas por unha pontella de madeira e inicia un forte ascenso pola crista do Sestil Alto. Neste tramo atopamos uns balcóns naturais con excepcionais vistas sobre o Val do Xares. Na parte máis alta do percorrido o sendeiro conecta co PR-G Visitantes ZEC Pena Trevinca, e logo continua saíndo da poboación separándose do trazado do PR-G 200 e ascendendo pasenliamente ata a proximidade do cumio

A aldea da Ponte é o inicio desta senda de montaña. Seguindo esta ruta gozaremos de grandes paisaxes desde o fondo do fermoso val do río Xares e dende os altos miradoiros do Sestil Alto. Partindo da aldea da Ponte, xunto á igrexa de Santa María Madanela, a ruta comeza achegándose primeiro a antiga escola, hoxe convertida en Centro de Visitantes ZEC Pena Trevinca, e logo continua saíndo da poboación separándose do trazado do PR-G 200 e ascendendo pasenliamente ata a proximidade do cumio



Pena Trevinca
2127 m.s.n.m.

Fin das rutas
2121 m.s.n.m.

Lombo do Rocín
1984 m.s.n.m.



Concello da Veiga
Praza do Concello 1
32360 - A Veiga
Tel. 988 35 00 00
www.aveiga.gal

PR-G 199
GALICIA

A Ponte
Aldea de herdanza románica.

Ruta Pena Trevinca polo Sestil Alto
Sendeiro de Montaña

A aldea da Ponte xa aparece na primeira "cartografía moderna" no ano 1598, representada por F. Fer. Ojea no seu mapa denominado "Descripción del Reyno de Galizia". A Ponte é a única poboación do actual Concello da Veiga que aparece neste plano, o que indica a súa gran importancia na comarca, xa no século XVI.



A Ponte caracterízase por unha magnífica arquitectura rural, con detalles do seu antigo pasado. A súa igrexa adicada á Santa María Madanela mostra un estilo románico rural, austero e sinxelo. Este poboamento concentrado, afeito aos duros meses do inverno, mostra nas súas rúas e edificacións unidas, un rico patrimonio cultural e construtivo digno de conservar: vivendas, balcóns, galerías, palleiras, cortes, fornos, muiños, fontes, pontes, ..., son algunhas mostras do alto valor etnográfico desta antiga aldea.

Un referente da Ponte é a Casa dos Vaqueiros. Na esquerda do río Xares, no centro da aldea, esta casa grande mostra nas paredes perpiños reutilizados doutras construcións máis antigas, con gravados de posible orixe prerrománica (entre os anos 900 e 1000) que representan na fronte da vivenda xinetes de a cabalo, dunha ave, un can, e uns enigmáticos símbolos que representan o sol, a lúa e unha vieira. Mentres, na parte posterior da casa, está representado un home cos brazos estendidos e outro home de a cabalo.



Marcas e sinais sendeiristas no percorrido

- Sinal de continuidade, que indica o camiño correcto.
- Mala dirección. Indica un camiño incorrecto.
- Cambio de dirección. Indica un xiro á dereita, no sentido da marcha.
- Cambio de dirección. Indica un xiro á esquerda, no sentido da marcha.
- Baliza, que permite identificar o tipo e o número do sendeiro.

MIDE	PR-G 199 Ruta Pena Trevinca polo Sestil Alto Sendeiro de Montaña
Categoría	7 (sendeiro de alta montaña)
Denominación do sendeiro	PR-G 199
Denominación do percurso	PR-G 199
Dificultade do percurso	3
Dificultade do descenso	3
Dificultade do ascenso	3
Tipo de sendeiro	PR-G 199
Mapa IGN	1:25.000
Mapa IGN	228-II, 228-IV, 228-V, 228-VI

XUNTA DE GALICIA galicia

Ruta sinalizada 1 mapa do percorrido escala 1:23.000

PR-G 199
Ruta Pena Trevinca polo Sestil Alto
Ruta homologada en 2017

