



Castro de Vilar

DISTANCIA 10,9 km.		TEMPO ESTIMADO 4h 25min		TIPO DE PERCORRIDO Circular	
ALTURA MÁXIMA 752 m.		ALTURA MÍNIMA 405 m.		DESNIVEL ACUMULADO 728 m.	

DIFICULTADE	Media	HOMOLOGADA	Si
--------------------	-------	-------------------	----

PUNTO DE PARTIDA/CHEGADA	Aldea de Vilar, Villamor ou Froxán
---------------------------------	------------------------------------

ACCESO EN BICICLETA	Ciclable BTT
----------------------------	--------------

SERVIZOS

Na poboación de Vilar atópase un museo popular ademais dunha fonte na que abastecerse de auga.

En Villamor e Froxán é posible atopar aloxamentos de turismo rural así coma servizos de restaurante e fontes de auga potable.

M.I.D.E.	Medio	Itinerario	Desprazamento	Esforzo
	1	2	2	2



Partindo de Vilar dirixirémonos a Villamor. O camiño comeza percorrendo un souto de castiñeiros que nos levará a través dunha baixada ata a beira do río Lor. Tras cruzar o río na ponte de Arrastradoira atoparemos unha forte subida ata a aldea de Villamor.

A partir de Villamor percorreremos a media ladeira o val do río Lor, gozando de fermosas vistas do val e dos montes do arredor ata chegar á aldea de Froxán. En Froxán, a onde chegaremos despois de pasar por un bosque de sobreiras, poderemos apreciar a arquitectura tradicional, xa que moitas das casas se atopan restauradas. Esta aldea está declarada Ben de Interese Cultural. Saindo de Froxán encontramos varios pasteiros e baixaremos de novo ao río Lor que cruzaremos na ponte do Vao.

No último tramo de camiño a Villamor, despois dunha subida, chegaremos á Ermida de San Roque e ó impresionante Castro de Vilar. Este castro fortificado atópase nun saite rochoso dende o que se observa todo o val do río Lor.

ACCESOS

Dende Quiroga tomar a estrada LU - 651 en dirección a Folgoso. Pouca despois de 12 km virar á esquerda pola estrada LU - P - 1305 en dirección a Vilar.

PERCORRIDO

Vilar, Villamor, Froxán, Ermida de San Roque e Castro de Vilar, Vilar.

SINALIZACIÓN

Sinalización segundo a normativa de homologación da F.G.M. Existen paneis informativos en Vilar, Villamor e Froxán. Marcas de pintura realizadas en 2017.

PUNTOS DE INTERESE / CONTORNA

- > Museo etnográfico de Vilar
- > Forno de Cal de Villamor
- > Sobreiras de Froxán
- > Río Lor
- > Hermida de San Roque
- > Castro de Vilar

RECOMENDACIÓNS

Esta ruta é recomendable realizala en sentido antihorario, comezando en dirección a Villamor. Desta forma os maiores desniveis salvaranse durante os primeiros quilómetros. Recoméndase visitar o museo situado na aldea de Vilar, onde atoparemos multitude de aparellos de labranza e gandería antigos.

MÁIS INFORMACIÓN

www.folgosodocourel.es www.wikiloc.com

