

## Ruta das Almiñas e do Foxo do Lobo



**Punto de partida/chegada:** O percorrido comeza na Igrexa de Caritel e remata no mesmo punto.

**Lonxitude:** Ruta circular de 10.820 metros.

**Modalidades:** A pé.

**Duración:** O tempo aproximado é de 3 horas e 20 minutos.

**Dificultade:** Media.

### Descrición

**Primeiro tramo:** Vai dende a igrexa de Caritel ata a Fraga de Abaixo, discorrendo por un antigo camiño empedrado de gran beleza paisaxística. O comezo o sendeiro pódese visitar a igrexa de Caritel. No entorno da igrexa obsérvase o cruceiro do Coto e dous hórreos restaurados. A medida que discorre o camiño, este ofrece unhas vistas espectaculares. Neste tramo atopamos un pontillón de pedra que pasa por encima do regato das Costiñas. A maior parte do tramo é sombreado.

**Segundo tramo:** Vai dende a Fraga de Abaixo ata os pasos de Portasouto que cruzan o río Verdugo. Este tramo discorre por un camiño empedrado e conta con sombra en case todo o trazado. Atopámonos outro pontillón que pasa sobre o regato das Costiñas. A uns 50 metros o sendeiro presenta unha derivación que nos conduce ata outros pasos do río. Retomando o sendeiro, séguese ata o Coto de pesca. Para chegar hai que cruzar uns pasos sobre o río denominados "pasos da Fraga", que cruzan o regato Larpea, e os "pasos de Portasouto", que cruzan o río Verdugo. Neste mesmo punto tamén hai dous muíños: un rehabilitado e outro en ruínas, e na marxe dereita atopamos un fermoso peto e ánimas.

**Terceiro tramo:** Vai dende Laxoso ata os pasos da Coveliña. O camiño sube cara as casa de Portasouto por unha pista de terra e tras un pequeno tramo de pista asfaltada volvese coller unha pisa de terra que chega ata Porcinas. Dende aquí o camiño vai entre muros por un entorno forestal que vai cara o foxo do lobo. Atópase tomando unha pista de terra na estrada que vai dende Ponte Caldelas a Augasantas. Este era o lugar onde se lle daba a batida ós lobos antigamente. Consistía nuns muros en forma de "V", mais abertos no principio e cerrados ó final, facendo na última parte un círculo duns 5 ou 6 metros de profundidade. Nel, colocábanse unhas ramas en forma de trampa ata onde se conducía o lobo para matalo.

Dende aquí facemos un tramo pola estrada que vai dende Ponte Caldelas ata Augasantas e collemos a man esquerda unha pista que nos levara ata Laxoso de Arriba. O entrar en Laxoso, viramos á dereita e continuamos polo medio de Laxoso ata dar cun camiño con muros de pedra no que atoparemos dous cruceiros de pedra. Este camiño é o antigo camiño de Roriz. Dende aquí baixamos cara a Laxoso de Abaixo e pasamos cerca da igrexa de San Xoán. Volvemos a atravesar a estrada que vai dende Ponte Caldelas a Augasantas e polo lugar coñecido como Tras da Costa, chegamos a Laxoso de Abaixo. Xusto no final da aldea atópase un regato que hai que cruzar para continuar o camiño e este continúa baixando entre muros ata topar co regato da Coveliña, que se atravesa polos pasos da Coveliña. Retómase o camiño e continuamos ata atopar o camiño polo que se baixou dende a igrexa de Caritel.



### Puntos de interese

- Arquitectura**
  - Igrexa de Caritel.
  - Peto de ánimas, coa imaxe de San Antón co neno Xesús.
  - Pasos do Rego das Coveliñas.
  - Muíño do Regueiro, da Ferreira e dos Castiñeiríños.
  - Foxo do Lobo.
  - Cruceiro do Pe das Herbas e do Camiño do Roriz.
  - Capela de San Xoán.
  - Peto de ánimas no Camiño do Roriz.
  - Caseta de vixilancia na Portela.

### Elementos Naturais

- Río Verdugo.
- Río Pequeno ou da Larpea.
- Regato das Costiñas.
- Vexetación típica do bosque galego (carballos, amieiros, sanguíños, abeleiras e bidueiros).
- Fauna: xabarís, coellos, raposos, nutrias, denociñas, aguias, corvos, mouchos, pegas, pombas toraces e outros paxaros menores, lagartos, troitas e serpes.

### Zonas de recreo

- Area recreativa no paseo fluvial do río Verdugo.

### Perfil do Sendeiro

