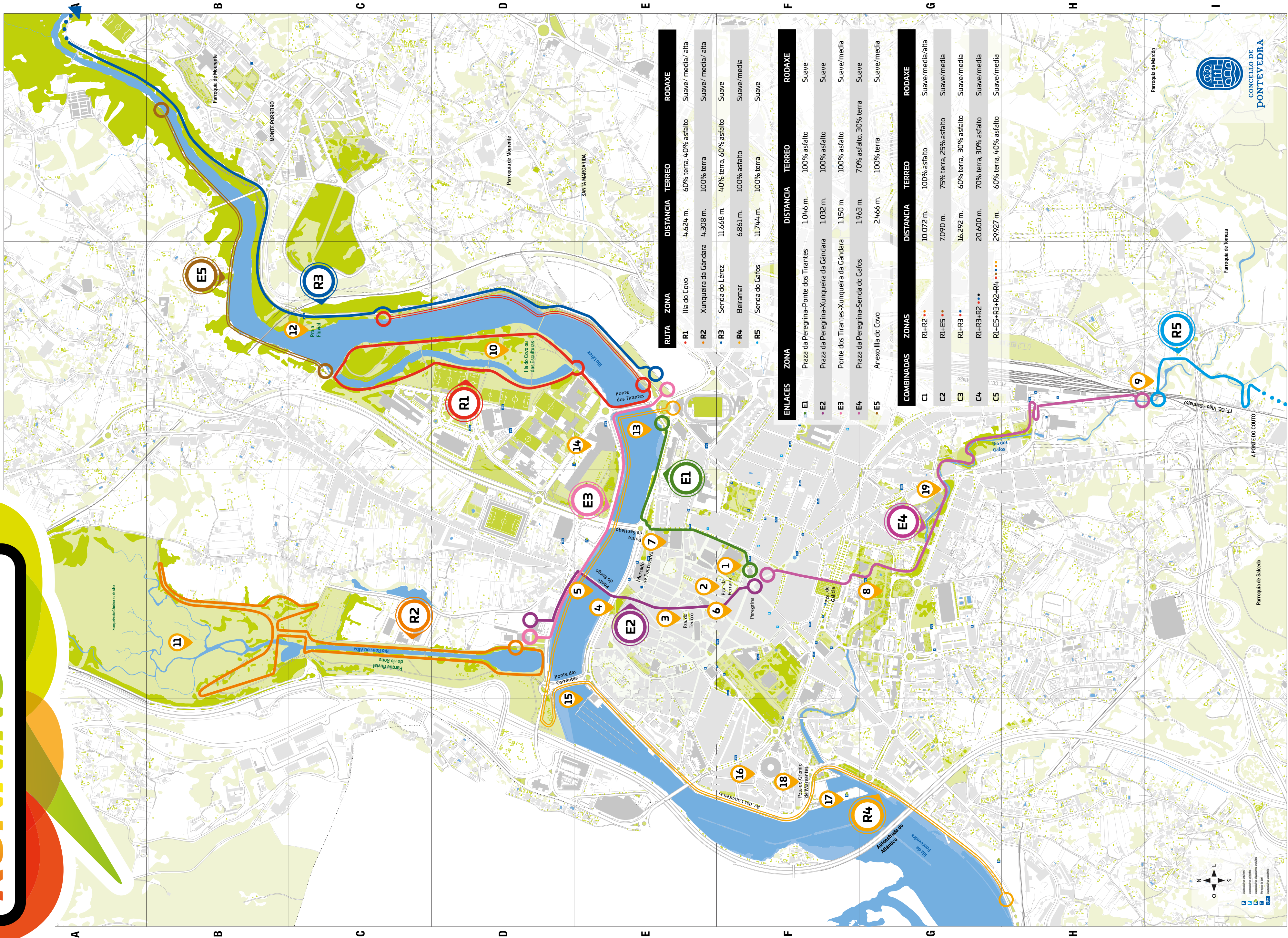




Pontevedra é unha cidade pensada para camiñar e por suposto para correr.
Neste mapa recóllense rutas (con enlaces e combinacións) para aqueles
e aquelas que queiran vivir Pontevedra, tamén, practicando deporte.

3 4



RUTA	ZONA	DISTANCIA	TERREO	RODAXE
R1	Illa do Covo	4.624 m.	60% terra, 40% asfalto	Suave/ media/ alta
R2	Xunqueira da Gándara	4.308 m.	100% terra	Suave/ media/ alta
R3	Senda do Lérez	11.668 m.	40% terra, 60% asfalto	Suave
R4	Beiramar	6.861 m.	100% asfalto	Suave/ media
R5	Senda do Gafo	11.744 m.	100% terra	Suave

ENLACES	ZONA	DISTANCIA	TERREO	RODAXE
E1	Praza da Peregrina-Ponte dos Tirantes	1.046 m.	100% asfalto	Suave
E2	Praza da Peregrina-Xunqueira da Gándara	1.032 m.	100% asfalto	Suave
E3	Ponte dos Tirantes-Xunqueira da Gándara	1.150 m.	100% asfalto	Suave/ media
E4	Praza da Peregrina-Senda do Gafo	1.963 m.	70% asfalto, 30% terra	Suave
E5	Anexo Illa do Covo	2.466 m.	100% terra	Suave/ media

COMBINADAS	ZONAS	DISTANCIA	TERREO	RODAXE
C1	R1+R2	10.072 m.	100% asfalto	Suave/ media/ alta
C2	R1+E5	7.090 m.	75% terra, 25% asfalto	Suave/ media
C3	R1+R3	16.292 m.	60% terra, 30% asfalto	Suave/ media
C4	R1+R3+R2	20.600 m.	70% terra, 30% asfalto	Suave/ media
C5	R1+E5+R3+R2+R4	29.927 m.	60% terra, 40% asfalto	Suave/ media

Edificios públicos
Equipamentos deportivos
Parques e áreas verdes
Puntos de interese



3 4



AS RUTAS

R1 Illa do Covo

O espazo ten unha extensión de 70.000 metros cadrados e atópase nun enclave de gran valor natural e paisaxístico, ás portas da zona do río Lérez que está declarada como Lugar de Importancia Comunitaria (LIC), e incluída dentro da Rede Natura 2000. A maior presenza de trazado sobre terra fai deste espazo un enclave idóneo para a práctica de deporte. Permite a alternancia de rodaxes suaves, medias e altas. Outras características da zona son que conta con espazos de aparcamento moi próximos, dispón de diferentes trazados e ten zonas de sombra e hidratación. Nas proximidades hai tamén un aparcamento de autocaravanas. Conéctase coas rutas de Xunqueira da Gándara (R2), Beiramar (R4) e a Senda do Lérez (R3).

R2 Xunqueira da Gándara

Localizada nun enclave natural único e moi próximo ao centro urbano, esta ruta discorre totalmente sobre superficie de terra, polo que é óptima para os/as interesados na práctica do running en espazos naturais. Permite rodaxes suaves, medias e altas, conta con zonas de hidratación e posúe zonas de fácil aparcamento. Ten poucas zonas de sombra e permite o seu percorrido facendo diferentes trazados. Pola parte norte deste espazo natural discorre un tramo do Camiño Portugués a Santiago. Ademais, está conectada con tres rutas próximas: a da Illa do Covo (R1), Beiramar (R4) e a Senda do Lérez (R3).

R3 Senda do Lérez

Esta atractiva ruta sitúase á beira do Lérez e lévanos polas paisaxes fluviais do río nunha zona de alto valor ecolóxico. Comeza na chamada Ponte dos Tirantes en dirección ao barrio de Monte Porreiro, moi preto do centro urbano desde onde podemos achegarnos a pé perfectamente. O seu trazado combina o asfalto e a terra case que a partes iguais, ten moitas zonas de sombra e permite rodaxes suaves. Ademais, conta con espazos próximos que facilitan o aparcamento por se decidimos achegarnos en vehículo.

R4 Beiramar

Ruta de carácter urbano que transcorre á beira do río Lérez en dirección ao barrio de Monte Porreiro. O seu agradable trazado ofrece fermosas vistas, discorre sobre asfalto e permite rodaxes suaves e medias. Dispón de zonas de aparcamento, poucas zonas de sombra e fontes para hidratarse. Esta ruta conéctase coa da Illa do Covo, Xunqueira da Gándara e a Senda do Lérez.

R5 Ruta urbana do Gafos

Situada á beira do río Gafos no seu discorrer polo centro da cidade. Permite rodaxes suaves e conta con numerosas zonas de sombra e de alto valor paisaxístico e natural. Percorre un espazo moi próximo ás estacións de tren e autobús.

Enlaces:

As rutas que se incorporan neste mapa discorren, na maioría dos casos, por espazos naturais próximos ao río Lérez ou situados no propio centro urbano (Senda do Gafos). O inicio de todas elas está localizado en puntos moi próximos ao centro e pódense comezar desde alí, xa que todas as rutas están conectadas a través de enlaces (identificados como E1, E2, E3, E4) que permiten o inicio do percorrido desde a propia cidade.



Puntos de Interese

1 Praza da Peregrina, Igrexa da Peregrina

A praza sitúase ao pé dun dos templos relixiosos máis emblemáticos da cidade, a Capela da Virxe da Peregrina, unha construción barroca sobre planta de cuncha de vieira (en clara referencia á importancia do Camiño de Santiago Portugués, que pasa xusto por diante). Declarada Ben de Interese Cultural, foi construída a partir de 1778, seguindo un proxecto do arquitecto portugués, Antonio Souto, e custeado pola confraría da súa advocación.

2 Praza da Ferraría

Centro neurálxico da vida pontevedresa. É un lugar de encontro e lecer, onde están algunhas das mellores terrazas da cidade. O seu nome procede das forxas que existían nos seus soportais e que antigamente fornecían de metal aos demais gremios de Pontevedra.

3 Praza do Teucro

Foi unha das prazas máis señoriais da cidade e aínda hoxe conserva parte das casas nobres que a rodeaban, así como bos exemplos da riqueza heráldica de Pontevedra.

4 Praza de Valentín García Escudero

Nela intégrase un importante xacemento arqueolóxico cuxa orixe se sitúa na época romana. Sitúase ao pé da ponte do Burgo por onde discorre o Camiño Portugués a Santiago.

5 Ponte do Burgo

É un dos símbolos da cidade e un dos lugares onde se sitúa o seu nacemento. Foi construída polos romanos para salvar o leito do río Lérez nunha das súas principais rutas de comunicación terrestre: a vía XIX. A ponte mantívose en pé ata mediados do século XII, aínda que en tan mal estado que houbo necesidade de facer unha nova ao seu carón. O nome de Pontevedra (Ponte Vetera) vén desa antiga construción.

6 Camiño Portugués a Santiago

Por Pontevedra pasa un tramo do Camiño Portugués, que une Lisboa con Santiago de Compostela. Trátase da segunda ruta máis demandada polos peregrinos tras o Camiño Francés. Entre outros espazos atravesa o centro histórico e a Ponte do Burgo.

7 Sexto Edificio

Esta obra de recente construción iniciada no 2004 forma parte do conxunto de recintos expositivos na cidade do Museo de Pontevedra. Conta cun auditorio para 250 persoas, talleres de restauración e montaxe, depósitos de fondos e sala de exposicións temporais. Acolle coleccións de pintura española dos séculos XIX e XX, e de arte galega desde o s. XIV até a actualidade. Destaca a obra de Castelao.



8 Parque da Constitución

Espazo de lecer cunha ampla superficie verde, óptimo para o paseo, o xogo infantil e a práctica de deporte.

9 Senda do río Gafos

Este paseo a beira do río Gafos procede de Vilaboa, atravesa Tomeza e a zona norte de Salcedo e penetra no núcleo urbano pola zona da estación de autobuses. Ao seu paso polo treito urbano todo este percorrido faise a través dunha frondosa senda a ambos os lados do río. Conta con pasarelas de madeira para facer posible o paso, e unha iluminación moi apropiada para unha acoledora área natural como esta, imbricada no núcleo urbano.

10 Illa da Covo

É un espazo natural de grande interese paisaxístico á beira do río Lérez. Próxima ao centro urbano e conectada a través de pontes e pasarelas, na illa localízase o proxecto museístico ao aire libre Illa das Esculturas; é o primeiro que se realiza en España como unha transformación da paisaxe a través da arte actual e emprega o granito como material principal. Aquí deixaron a súa obra importantes artistas nacionais e internacionais como Giovanni Anselmo, Fernando Casás, José Pedro Croft, Dan Graham, Francisco Leiro, Richard Long, Robert Morris ou Anne & Patrick Poirier.

11 Xunqueira da Gándara

É unha paisaxe natural ao norte da cidade, moi preto do núcleo urbano, que foi declarada Espazo Natural de Interese Local de Galicia (ENIL) en 2012. Sitúase na parte final do río Rons e alberga un importante número de especies naturais e animais, é refuxio de moitas aves migratorias de interese. As súas espaciais características fan este lugar ideal para a práctica de deporte.

12 Praia fluvial

Espazo urbano con amplas zonas verdes e un areal acondicionado para o baño e o descanso. O acceso é amplo e axeitado para todas as persoas, conta con todos os servizos (duchas, aseos, aparcadoiro de bicicletas, zonas de aparcamento de vehículos nas inmediacións...) e servizo de vixilancia con socorristas nos meses de verán. Da outra beira do río atópase o Mosteiro de Lérez, edificio relixioso medieval (a data aproximada de fundación sitúase no século X) aínda en funcionamento.

13 Ponte dos Tirantes

É una das pontes máis destacadas das que cruzan o río Lérez, pola súa singularidade arquitectónica e tamén pola gran beleza e interese paisaxístico da contorna. Foi inaugurada en 1995 e axudou a mellorar notablemente a comunicación e o tráfico da cidade. A ponte foi seleccionada e incluída polo Ministerio de Fomento na listaxe “As 33 pontes máis singulares de España”.

14 Pazo da Cultura e Exposicións

Situado a escasos 5 minutos do centro da cidade e á beira dunha amplísima zona verde (máis de 10.000 metros cadrados de xardíns), o edificio conta cunhas espectaculares vistas sobre o río Lérez. É obra do arquitecto Manuel de las Casas e foi inaugurado en 1997. O Pazo da Cultura é o escenario ideal para a celebración de todo tipo de eventos, tanto pola súa posición estratéxica e privilexiada, como pola propia beleza das súas instalacións.

15 Ponte das Correntes

É a ponte máis recente das construídas sobre o río Lérez. Posúe 4 carrís, paso para peóns e ciclistas (protexido cun acristalamento). A infraestrutura ten tamén un dobre arco metálico con dezasete tirantes verticais. Estes arcos, cuxos extremos nacen baixo o corpo central da ponte, alzanse aproximadamente 10 metros sobre as vías de circulación que a percorren.

16 Barrio da Moureira

Situado á beira do río Lérez, o nome deste barrio procede da salmoira, empregada na salga da sardiña. Está formado por rúas estreitas e tortuosas nas que hai casas de patín, casinas mariñeiras e outras construcións. Aínda conserva as típicas casas rematadas en forma de mitra, que no século XV recibían o nome de Casas de Outón. Este barrio foi pedra angular do desenvolvemento marítimo e pesqueiro da cidade na alta Idade Media, ata que as circunstancias históricas mudaron. Entre os persoeiros orixinarios da Moureira destaca o pirata Benito Soto (1805), o último de relevancia en occidente e o máis importante dos españois que foi axustizado en Xibraltar en 1830 tras unha fugaz pero sanguinaria carreira. Outra figura ilustre orixinaria deste barrio é Pedro Sarmiento de Gamboa (1532-1592), navegante, cosmógrafo, matemático, soldado, historiador e estudoso das linguas clásicas; participou na expedición de Álvaro de Mendaña que descubriu as Illas Salomón.

17 Peirao das Corvaceiras

Tivo o seu máximo esplendor nos séculos XIV, XV e XVI, época de grande importancia para Pontevedra. Dise que neste porto con estaleiros de ribeira se construíron naves tan famosas como as que mandou o almirante e trobador Paio Gomes Charíño, cando navegou ata Sevilla para tomar esta cidade aos árabes; ou a Santa María de Colón, chamada “La Gallega” polo poderoso Gremio de Mareantes.

18 Gremio de Mareantes

O máximo esplendor de Pontevedra coincidiu coa súa maior relación co mar nos séculos XIV, XV e XVI, época en que a cidade se converteu nun dos principais portos pesqueiros e do comercio internacional de Galicia. Este auxe económico provocou un grande aumento no número de habitantes e a creación do poderoso Gremio de Mareantes, señores do mar. Desta institución parte a construción da Basílica de Santa María.

19 Río Gafos

O río nace en Figueirido (concello de Vilaboa) e logo de percorrer algo máis de 10 quilómetros desemboca, xunto ao Lérez, nas augas da ría de Pontevedra no barrio das Corvaceiras. O Gafos é un dos poucos ríos de Galicia que ten unha clara orientación sur-norte e unha dirección case lineal, xa que só na parte final describe unha curva no seu trazado. O río ten diferentes denominacións segundo os lugares por onde pasa: Gafos, Cocho, Toxal, Tomeza, Palamios, O Regheiro... son algunhas delas. Posúe unha interesante vexetación de ribeira, moi densa nalgúns tramos.

Reservemento técnico e creación das rúas: Víctor Robal. Deseño de mapas: Triqueti. Deseño gráfico: Duo Publicidade.

