



Asociación Castaño y Nogal

**Asunto: Circular proponiendo difusión y recorrido del Sendero de Quintá-Río Donsal**

**Estimados/as señores/as:**

Les rogamos divulguen entre sus asociados, visitantes y/o clientes información del Sendero de Quintá-Río Donsal, de **15,9 km.**, sito en el municipio de Becerreá (Lugo), por el que discurre en un 80%, 18% por el de Navia de Suarna y 2% por el de Cervantes (Los Ancares), entorno Red Natura 2000 y reserva de la biosfera, promovido por la Asociación Castaño y Nogal, para el impulso del desarrollo rural y medio ambiental, sin fin de lucro, en cuya ejecución participaron 23 voluntarios de 16 países y 3 continentes de SCI, más el Equipo impulsor de A Coruña, cooperantes locales, así como algunos de Barcelona y Sevilla; realizado sin un euro de ayuda pública.

<http://desnivel.com/excursionismo/una-asociacion-gallega-recupera-senderos-con-pasion-y-sin-un-duro-publico>

Se trata de una Ruta con una naturaleza en estado puro, con masa forestal y vegetación autóctona, con paisaje, cascadas, patrimonio y riquezas etnográficas que varían cada 100/300 metros, con entornos de los que ya no quedan, con el atractivo añadido en verano de que un 60% de la misma discurre por zonas de sombra de castaños centenarios y alguno milenario, robles, fresnos, cerezos, olmos, abedules, especies como la uz, la xesta, el tojo, la carqueixa y otras igualmente autóctonas.

Comienza a una altitud de 840 metros y termina a 410 m., con cuatro accesos/salidas intermedios en aldeas con pistas asfaltadas, con grado de dificultad media y la mayoría de los tramos medio-baja incluso, excepto el tramo de ida y vuelta a la Fraga de Valiñas.

Más información en icono y desplagables de la página

Web <http://www.asociacioncastanoynogal.com/sendero.html> y  
Blog [http://www.asociacioncastanoynogal.com/blog/?page\\_id=890](http://www.asociacioncastanoynogal.com/blog/?page_id=890)

así como en el portal de senderismo de wikiloc.com, con rutas, mapas, comentarios, vídeos y reportajes subidos por los propios senderistas que lo recorrieron, así como de los dos Campos de Trabajo Internacional, talleres, concierto músico-poético y noticias de prensa, revistas y reportajes en Televisión de Galicia y V Televisión:

<http://bit.ly/LmtJjd>

De precisar más información, ruego contacten con, Ricardo Ares Pena, experto senderista, co-impulsor de la Ruta y gerente de la Asociación, e-mail [alareira@mundo-r.com](mailto:alareira@mundo-r.com)

Un saludo,

Antonio Álvarez González  
Presidente  
Asociación Castaño y Nogal

