



Asociación Castaño y Nogal

**Object : Circulaire propose la diffusion et le traçage de la piste – Rio Quinta Donsal**

**Mesdames, messieurs**

Voulez vous avoir l'amabilité d'informer votre association et vos relations sur la découverte d'une zone de nature exceptionnelle située dans la Galice Espagne.

Elle se trouve dans les municipalités de becerrea cervantes navia de suarna province de Lugo zone biosphère de l'UNESCO 2006.

Venez découvrir les sentiers de quinta-rio donsals de 16 km situé dans ces zones il y a 18% dans navia de suarna 2% en cervantes et le reste dans becerrea ces endroits sont dans la zone biosphère de 2006 plus réserve naturelle 2000.

La association « Castaño y Nogal » asbl promotionne le développement rural et le milieu naturel Dans ce projet 23 volontaires de 16 pays et 3 continents de SCI plus une équipe de A Coruña (équipe locales) avec également ceux de Barcelone et Séville) ont participé. Remarque cette association ne reçoit ni un euro de l'aide publique.  
<http://desnivel.com/excursionismo/una-asociacion-gallega-recupera-senderos-con-pasion-y-sin-un-duro-publico>.

C'est une route avec une nature à l'état pure avec forêts et végétations d'origine avec paysage cascade patrimoine et richesses forestières qui varient tous les 100 mètres avec en plus 60% de ces zones qui développent en été une ombre de châtaigniers, chênes, hêtres, cerisiers, aulnes, etc..

Egalement nous avons des plantes sauvages comme mûres, myrtilles, framboises, et végétations purement de la zone Cela commence à une

altitude de 840 mètres et se termine à 400 mètres avec 4 accès intermédiaires dans la campagne avec pistes goudronnées avec des difficultés moyennes sauf une partie aller/retour à la fraga de valiñas. Plus d'informations dans les pages

**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)

Dans ces zones biosphères vous pouvez découvrir r avec un peu de patience une faune exceptionnelle (chevreuil cerf sanglier loups rapaces etc...). Egalement si la pêche à la truite sauvage vous passionne, (avec un permis journalier) découvraient nos nombreux rios dans ces forêts magnifiques . N'oubliez pas vos appareils de vidéos et photos

Avec aussi le site de randonneur **wikiloc.com**

Avec routes, cartes commentaires, vidéos et reportages montés par les randonneurs eux-mêmes qui les ont parcourus et aussi les 2 camps de travail internationaux

Ateliers, concerts, musiques anciennes nouvelle de presse revues et reportages dans les télévisions de la Galice et télévision 5

<http://bit.ly/LmtJd>

Si vous désirez plus d'information, veuillez nous contacter Ricardo Ares Pena expert randonneur et responsable de cette association  
Email. [alareira@mundo-r.com](mailto:alareira@mundo-r.com)

Salutations,

Antonio Alvarez González  
Président  
Association « Castaño y Nogal »

