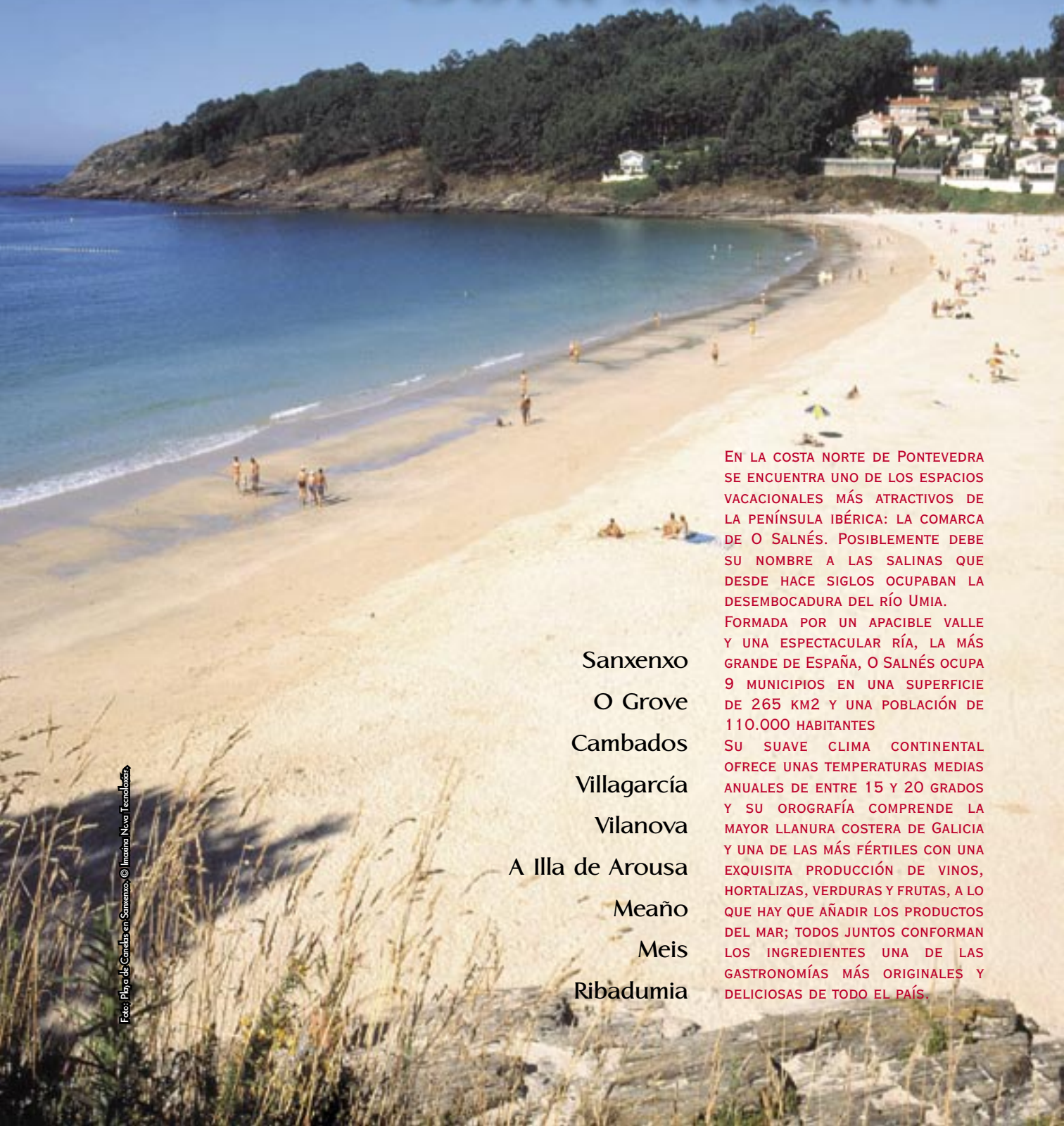


# Destinos con duende

## O Salnés Obra Maestra



EN LA COSTA NORTE DE PONTEVEDRA SE ENCUENTRA UNO DE LOS ESPACIOS VACACIONALES MÁS ATRACTIVOS DE LA PENÍNSULA IBÉRICA: LA COMARCA DE O SALNÉS. POSIBLEMENTE DEBE SU NOMBRE A LAS SALINAS QUE DESDE HACE SIGLOS OCUPABAN LA DESEMBOCADURA DEL RÍO UMIA.

FORMADA POR UN APACIBLE VALLE Y UNA ESPECTACULAR RÍA, LA MÁS GRANDE DE ESPAÑA, O SALNÉS OCUPA 9 MUNICIPIOS EN UNA SUPERFICIE DE 265 KM<sup>2</sup> Y UNA POBLACIÓN DE 110.000 HABITANTES

SU SUAVE CLIMA CONTINENTAL OFRECE UNAS TEMPERATURAS MEDIAS ANUALES DE ENTRE 15 Y 20 GRADOS Y SU OROGRAFÍA COMPRENDE LA MAYOR LLANURA COSTERA DE GALICIA Y UNA DE LAS MÁS FÉRTILES CON UNA EXQUISITA PRODUCCIÓN DE VINOS, HORTALIZAS, VERDURAS Y FRUTAS, A LO QUE HAY QUE AÑADIR LOS PRODUCTOS DEL MAR; TODOS JUNTOS CONFORMAN LOS INGREDIENTES UNA DE LAS GASTRONOMÍAS MÁS ORIGINALES Y DELICIOSAS DE TODO EL PAÍS.

Sanxenxo

O Grove

Cambados

Villagarcía

Vilanova

A Illa de Arousa

Meaño

Meis

Ribadumia



Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías

De la Torre de S. Sardorniño (Cambados) sólo quedan restos de sillería. Su objetivo era defender las costas de los normandos.



Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías

Capilla de Nuestra Señora de A Lanzada (Sanxenxo).



Foto: © Luas Miguez

Conjunto escultórico en torno a la obra de Valle-Inclán (Vilanova).

## Comarca O Salnés, la obra maestra

O SALNÉS PERMITE GOZAR DE UNA NATURALEZA QUE ABARCA EN POCOS KILÓMETROS LARGUÍSIMAS PLAYAS DE DORADAS ARENAS Y MONTAÑAS CON ESPLÉNDIDOS MIRADORES SOBRE EL VALLE, EL RÍO Y LA RÍA. ACTIVIDADES PARA AMANTES DE RELAJARSE EN EL MAR Y PARA LOS QUE GUSTAN DE LOS SENDEROS DE INTERIOR, BALNEARIOS DE CURATIVAS AGUAS Y HOTELES CON OFERTAS PARA TODOS LOS BOLSILLOS, CAMINOS DE MÍSTICAS REMINISCENCIAS Y MONUMENTOS CON HISTÓRICAS IMPRONTAS, TRADICIONES Y LEYENDAS CENTENARIAS, FIESTAS GENEROSAS Y GENTES HOSPITALARIAS.

La arquitectura monumental en O Salnés, donde pequeños retazos de historia han quedado plasmados en sus muros, está basada en los Pazos como los de Revel (Sanxenxo), Rubiáns (Vilagarcía), Cuadrante (Vilanova), Vistalegre (Vilagarcía), Barrantes (Ribadumia), o de los Duque de Patiño (Sanxenxo) entre otros; en las plazas, como la de Fefiñáns (Cambados) y Vilagarcía; y en las iglesias, entre

las que destacan las pequeñas iglesias rurales, casi todas construidas en los siglos XII y XIII, entre las que tenemos que citar por su armonía la Capilla de Nuestra Señora de A Lanzada (Sanxenxo), la Capilla de las Conchas (A Toxa, O Grove), la de San Cibrán de Calogo (Vilanova) y Santa Baia de Ribadumia. También destaca el más importante monasterio de la comarca que data de la edad media, el de Armenteira (Meis).

Personajes ilustres nacieron en esta comarca como Ramón María del Valle-Inclán, Ramón Cabanillas o Francisco Asorey, algunos de los cuales tienen museos dedicados en sus respectivas casas natales.

### Playas para todos

Las playas de la ría de Arousa presentan la peculiaridad de ser de arenas finas y blancas o con irisaciones amarillentas, orlando toda una costa en la que no son



comarcas



Foto: © Hotel Balneario Hesperia Isla de la Toja



Foto: © Inaxina Novas Tecnobaiás



Foto: © Concello da Illa de Arousa

abundantes los acantilados, sobre todo si la comparamos con las de otras comarcas y provincias. Este turismo, masivo por excelencia, aprovecha la benignidad del clima —en cuanto a temperaturas durante todo el año— siendo la estación estival.

Gozan del distintivo de Bandera Azul de la UE tres municipios de O Salnés que suman un total de 21 playas. (Sanxenxo: Silgar, Caneliñas, Canelas, Paxariñas, Montalvo, Major, Foxos, Areas Gordas-A Lapa, Pragueira, Baltar, Bascuas, Areas y Panadeira. O Grove: Area da Cruz, A Lanzada, Rareiros (Paxareiro), Area das Pipas, Area de Reboredo y Area Grande. Illa de Arousa: Area de Secada y Camaxe).

Blancas o claras arenas, muy finas, son las más abundantes en estas playas, muchas de las cuales gozan de buenos accesos (O Carreiro, O Terrón, Areas y Baltar) o de accesos que no presentan especial dificultad para quien esté dispuesto a un pequeño paseo previo de unos pocos minutos.

Junto con los grandes arenales también se encuentran en O Salnés pequeñas playas rodeadas de acantilados, nunca muy abruptos, que permiten el sosiego que puede no encontrarse en las playas más concurridas: A Fervide, A Barrosa, Burato da Londra, Area de Reboredo, Barreiro y Barreiriño en O Grove; Area de Secada en A Illa de Arousa, y Agra en Sanxenxo.

Arriba, balneario en la isla de A Toxa (O Grove). Los hoteles Talaso utilizan todos los elementos marinos con propiedades, desde el agua a los lodos y algas. Los hoteles-spa basan su producto en el agua como elemento de ocio y disfrute, utilizando toda una serie de técnicas a través de piscinas climatizadas, bañeras de hidromasaje, cabinas de estética, duchas, etc.

Abajo, de izda. a dcha., playa de A Lanzada (O Grove), playa de Montalvo (Sanxenxo) y playa de A Area da Secada (A Illa de Arousa), todas de arenas finas y blancas.



Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías



Foto: © Acquerella



Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías

## Termalismo

La balneoterapia y el termalismo también son ofertas de calidad en O Salnés, sobre todo a partir de la tradición en A Toxa. Dos tipos de aguas destacan en sus balnearios; las hipertermales y las hipotermas. Aguas apropiadas para curar enfermedades respiratorias, reumáticas, de la piel, del aparato digestivo, las enfermedades renales e incluso las psiquiátricas y circulatorias. Las dolencias hepáticas también tienen en algunas aguas remedio, así como las derivadas del sistema nervioso.

Aguas idóneas para la rehabilitación postquirúrgica y postraumática. Apropriadas para tratamientos de adelgazamiento, para dolencias

cardiovasculares, para curas de reposo y relajación e incluso para tratamientos estéticos. Hoy, el turismo termal relaciona sus servicios con el mundo del deporte, la salud, las actividades al aire libre (acción combinada del aire y el sol).

## Turismo activo y náutico

O Salnés cuenta con espacios y condiciones ideales para la práctica del turismo activo con un importante bagaje de profesionales que lo han puesto en valor y garantizan el recreo y la seguridad del visitante. Entre las actividades a desarrollar destacan los campos de Golf en A Toxa (9 hoyos repartidos en sus 6.122 m.) y Meis (par tres con 18 hoyos), así como

Arriba, el campo de golf de Meis, par tres con 18 hoyos, se encuentra en un entorno privilegiado. Abajo izquierda, la práctica de la vela se da en casi todas las zonas litorales de la comarca. Ello ha motivado la aparición de varios puertos deportivos: Sanxenxo, Vila García, Cambados y O Grove.

Derecha, el espectacular puente que une A Illa de Arousa con la Península tiene dos kilómetros de longitud.



Destinosurdeeuropa

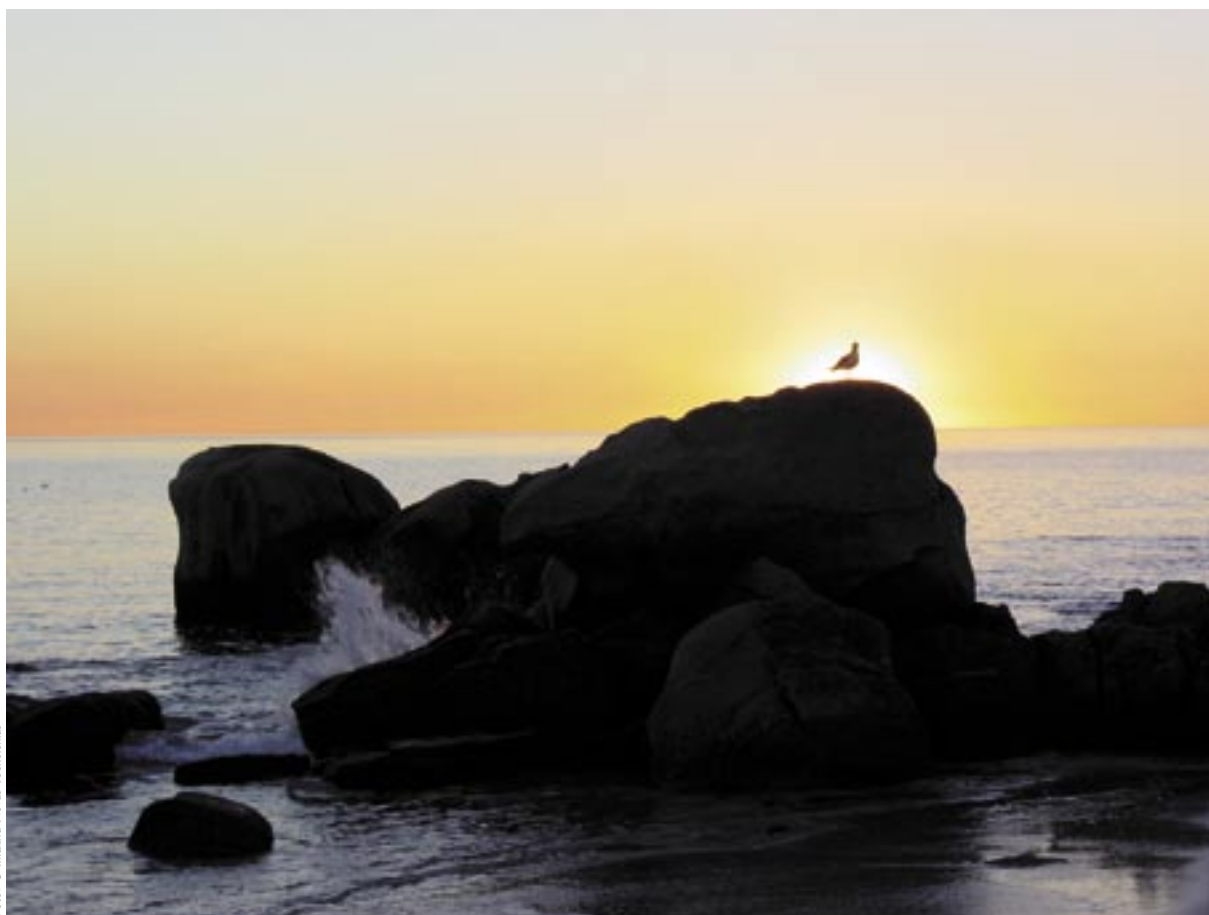


Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías



Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías



Foto: © Concello de Meaño



Foto: © Imaxina Novas Tecnoloxías

hípica (cuadras especializadas en Sanxenxo y O Grove), submarinismo, quads, karts, surf, parascending, piragüismo, vela y rutas marítimas entre otras posibilidades.

Las regatas se practican desde hace décadas en O Salnés, alcanzando, en los últimos tiempos, una proyección nacional. Lo mismo puede decirse del esquí acuático, el submarinismo, el piragüismo y la pesca.

Para la práctica de la vela sailboat hay orientadores en varios municipios de la comarca, pero no se ha abandonado la navegación en dorna, embarcación típica marinera de las Rías Baixas, al lado de prácticas como el kayak-polo y el wind-surf. Se pueden alquilar embarcaciones rental boats y se

puede practicar la pesca tanto en el litoral como en ríos como el Umia, que cuenta con un importante coto de pesca. También existen varios clubs de remo.

### Miradores privilegiados

El turismo de naturaleza ha adquirido importancia a medida que la oferta turística se ha diversificado: paisajes para ser observados y disfrutados desde miradores y altozanos: Siradella, Fornos, montes Lobeira, Pastora, Xiabre, Meda y Castrove (máxima cumbre de la comarca); rutas en zonas lacustres y marítimo-terrestres, observatorios de aves, de vegetación autóctona; senderismos varios y otros parajes dignos de admiración; molinos que nos hablan de oficios,

Arriba, la ría de Arousa ofrece espectáculos naturales de una belleza sobrecogedora.

En las imágenes inferiores, de izquierda a derecha, podemos observar un paisaje otoñal en las riberas del río Umia a su paso por Ribadumia. En el centro, un molino en la Ruta de los Molinos de Lores en Meaño. Por último, sobre estas líneas, paseo de madera en Pedras Negras, uno de los más bellos rincones para recorrer en O Grove.



Foto: © Concello da Illa de Arousa

Foto: © DO Rías Baixas

de usos y costumbres, de quehaceres humildes pero utilísimos para la vida familiar y comunitaria. Rutas marítimas entre las que destaca la que recorre las costas norte y sur del mar de Arousa, confín de aquellos aventureros, pícaros comerciantes, animadores monjes que patrocinaban y recorrían la ruta jacobea. Pero otras rutas menos conocidas y locales también se abren a nuestro paso como la de la Illa de Arousa, de una belleza pocas veces accesible.

### As Cociñas do Salnés

La gastronomía de la comarca tiene un marchamo de garantía con la marca “As Cociñas do Salnés” que engloba a los restaurantes que destacan por la

calidad de sus materias primas, su excelente saber hacer y esmerado servicio e instalaciones. En estos establecimientos se reivindica lo propio, dando prioridad al uso de materias primas autóctonas en su temporada más adecuada.

Este sello de calidad se puede encontrar en restaurantes frente al mar, en modernos hoteles, en pintorescos barrios marineros, junto a la playa o en plena naturaleza. En los restaurantes de “As Cociñas do Salnés” se ofrecen las mejores materias primas; unas veces cocinados con la elegancia y la sobriedad de la cocina tradicional, y otras veces tratados de la forma más innovadora, creativa y casi mágica de la cocina más actual. Todos los días, a la hora de comer,

Arriba: En Villagarcía de Arousa se puede contemplar una estampa singular, los viveros de cría y la extracción de la “Almeja de Carril”. Abajo a la izquierda, vendimia de albariño. En el centro, nécoras, una de las delicias gastronómicas que proporciona la ría de Arousa. Sobre estas líneas, Museo Etnográfico del Vino en Cambados.



Destinosurdeeuropa



Foto: © Imaxina Novas Tendencias

Vista panorámica de la ría de Arousa.

los restaurantes adheridos elaborarán y ofrecerán en sus cartas su “Menú As Cociñas do Salnés”, formado por dos deliciosos platos, postre y café. Sus precios competitivos oscilan entre los 12 y 20 eu., o entre 20 y 30 euros en el caso de los Restaurantes Selección. En la gastronomía de O Salnés no pueden faltar los vinos de la zona, cuya producción se remonta a la Edad Media. La mayor densidad de estas bodegas se da en torno al curso del río Umia, pero las encontramos igualmente en otras zonas de la comarca. El albariño es blanco y el barrantes tinto. La excelencia de estos vinos se ha conseguido desde hace unas décadas, hasta el punto de que se comercializan fuera de Galicia y de España. La ruta del vino de O Salnés es el resultado lógico de este desarrollo y del auge turístico que esos vinos

han contribuido a configurar.

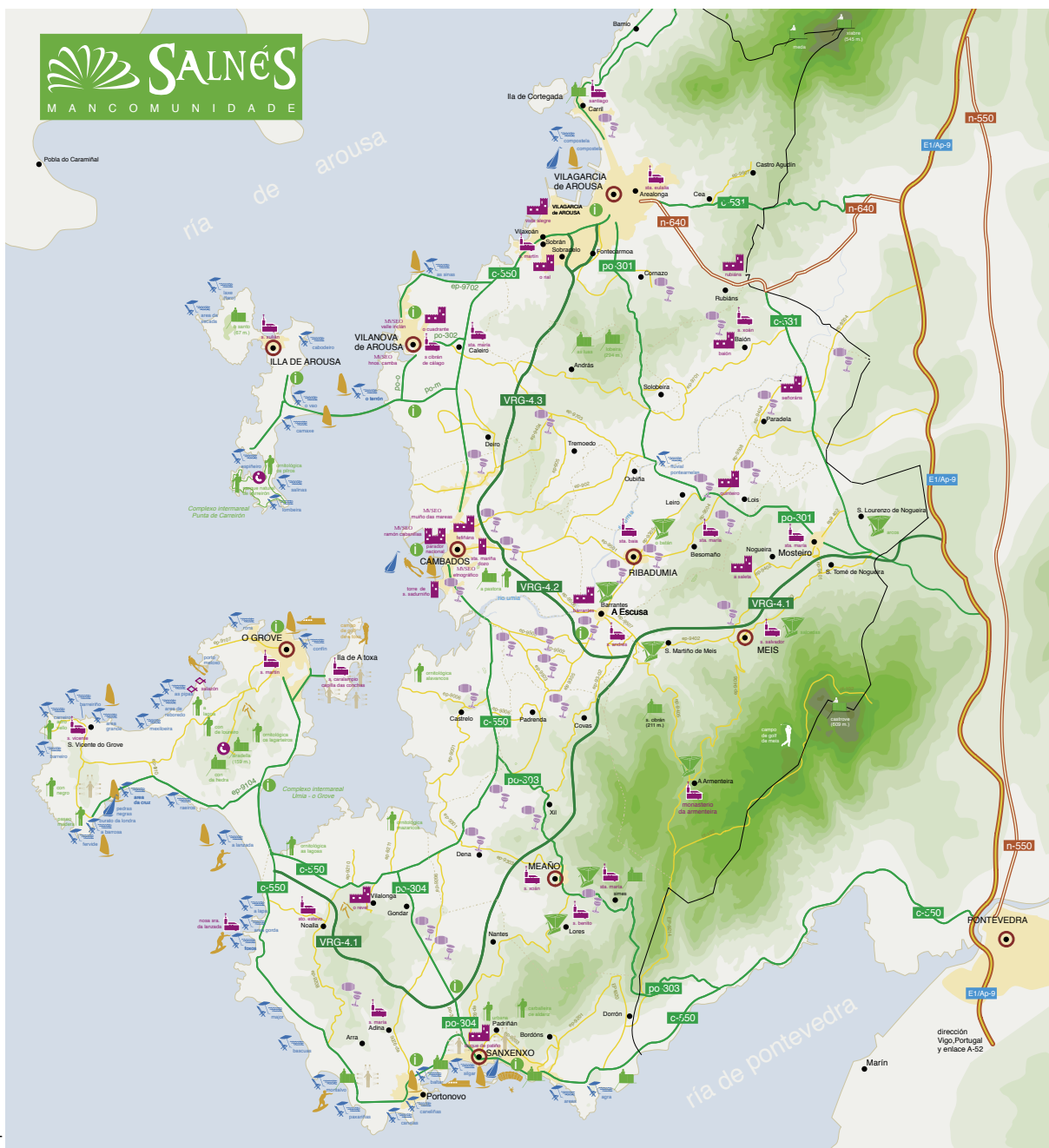
### O Salnés a medida

Una novedosa iniciativa promovida por la Mancomunidad de O Salnés cuya finalidad es dar respuesta a través de Internet a las demandas del nuevo turista que precisa una mayor cantidad de información adaptada a sus gustos y preferencias, ha sido poner en marcha una página web que permitirá a los usuarios acceder al momento a las ofertas de las empresas de la comarca que se sumen a esta acción, con precios y disponibilidad, además de a las diferentes propuestas de ocio; mientras que las empresas tendrán la oportunidad de mostrar sus datos de contacto, fotografías y servicios ofrecidos; hacer y reforzar ofertas de forma inmediata y adaptadas al perfil del público al que le interesa.

#### Más Información, dirección y contacto:

**Mancomunidad do Salnés**  
 C/ Rua Nova, 4.  
 36630 Cambados (Pontevedra)  
 Tel. 986 521 115  
[info@osalnes.com](mailto:info@osalnes.com)  
[www.osalnes.com](http://www.osalnes.com)





Mapa: © Imaxina Novas Tecnoloxías

### pictogramas

bodegas		pazos		puerto deportivo		paradescenting	
miradores		restos monumentales		termal, spa		submarinismo	
rutas de senderismo		iglesias, capillas		surf, bodyboard		golf	
ruta dos muiños		museos		vela, win dsurf		hípica	
parador nacional		centro de interpret.		rutas marítimas		playas	

### signos convencionales

autopista	
carretera nacional	
vía para automóviles	
carreteras principales	
carreteras secundarias	
límit es comarca	
límit es municipio	

### guía curvas de nivel

600 - 650 m.	
500 - 600 m.	
450 - 500 m.	
400 - 450 m.	
350 - 400 m.	
300 - 350 m.	
250 - 300 m.	
200 - 250 m.	
150 - 200 m.	
100 - 150 m.	
50 - 100 m.	
0 - 50 m.	

## Museos y Centros de Interpretación en O Salnés

Casa-museo de Julio y Francisco Camba (Vilanova)  
 Casa-museo de Valle Inclán (Vilanova)  
 Casa-Museo de Ramón Cabanillas (Cambados)  
 Centro de interpretación de A Salgazón (O Grove)  
 Museo das Mareas (Cambados)  
 Museo etnográfico del vino (Cambados)  
 La casa del pescador (Cambados)  
 Enoteca Pazo Torrado (Cambados)

Casa de las Conservas (Illa de Arousa)  
 Museo de A Muller Labrega (Meaño)  
 Molino de la casa (Meis)  
 Centro de interpretación del río Umia (Ribadumia)  
 Centro de interpretación de As Telleiras (Sanxenxo)  
 Museo del Ferrocarril (Vilagarcía de Arousa)  
 Centro de atención al visitante de la ría (Vilagarcía)  
 Acuario (Punta Moreiras, O Grove)