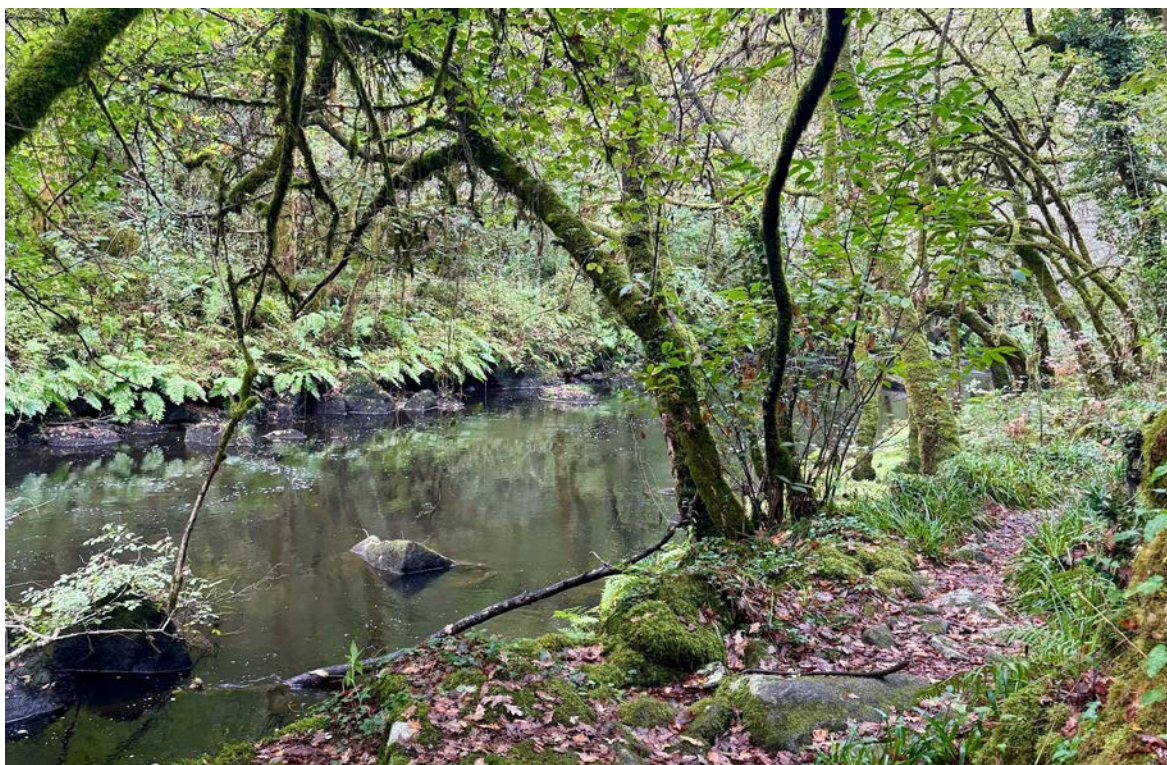


RUTAS AO AIRE LIBRE

Río Mandeo - Betanzos

17 de xaneiro de 2026



DATA: Sábado, 17 de xaneiro de 2026

HORARIO:

Quenda de mañá: hora de inicio 10:00h.
Hora prevista de finalización 14:00h.

PUNTO DE SAÍDA:

Ponte de Teixeira.
Ponte de Teixeira, rúa Queiris, 1, 15316, A Coruña.
<https://maps.app.goo.gl/fe4eg9PBmmoCrLNx6>

PUNTO DE CHEGADA:

Ponte de Teixeira.
Ponte de Teixeira, rúa Queiris, 1, 15316, A Coruña.
<https://maps.app.goo.gl/fe4eg9PBmmoCrLNx6>

TELÉFONO DE CONTACTO (só para o día da ruta):
609 20 62 07



RECOMENDACIÓN: convén acudir con calzado impermeable e con bo agarre.

DESCRICIÓN:

Esta ruta acompaña ao bosque de ribeira do río Mandeo. O percorrido circular, de 11,50 km de distancia, ten como punto inicial e final a ponte de Teixeira, pasando pola central do Zarzo, a área recreativa de Chelo e o balneario do Bocelo; ademais de varios muíños en diferente estado de conservación. Ao longo do itinerario camiñaremos por sendeiros de pescadores paralelos ao río, en ocasións algo accidentados e con raíces. En menor medida, atoparemos tramos de camiños anchos.

Puntos de interese: central hidroeléctrica do Zarzo, área recreativa e coto de salmóns de Chelo, balneario abandonado do Bocelo e pozos do Mandeo.

Contorna natural: a fraga do Mandeo é un dos bosques mellor conservados da Reserva da Biosfera das Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo. Trátase dun bosque de ribeira nas zonas próximas ao río e fraga atlántica nas zonas máis altas.

Abondan carballos, ameneiros, salgueiros, abeleiras e acivros, así como diferentes tipos de fentos, algúns espectaculares. Entre a fauna destacamos a lontra, a garza real, o merlo acuático e o salmón; ademais doutros máis frecuentes como o raposo, o xabaril ou o lavanco real.

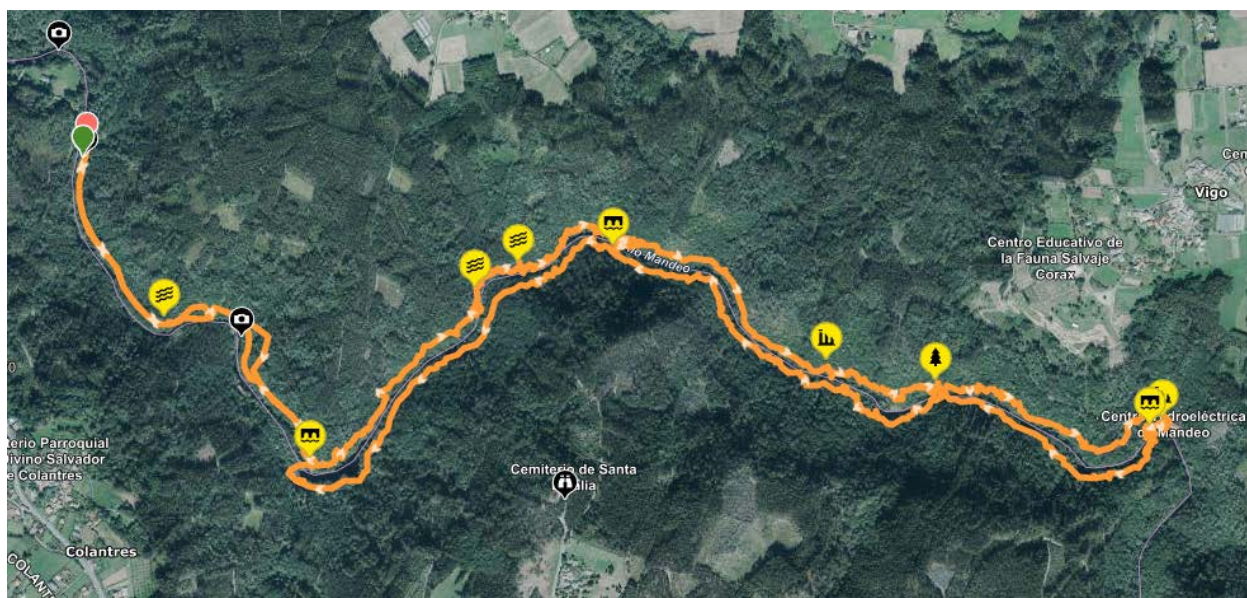
NIVEL DE DIFICULTADE: baixa.

DISTANCIA: 11,50 km.

DURACIÓN APROXIMADA: 3 horas 20 minutos + paradas.

GRUPO MÍNIMO/MÁXIMO: 8 - 35 persoas

MAPA:



PERFIL:



DATOS MIDE:

MIDE			
Horario - 3 h 20 min		Severidade do medio natural - 2	
Desnivel de subida - 90 m		Orientación no itinerario - 2	
Desnivel de baixada - 90 m		Dificultade no desprazamento - 2	
Distancia horizontal - 11,50 km		Cantidade de esforzo necesario - 2	
		Tipo de percorrido - Circular	

COMO INTERPRETAR A LENDA MIDE	
	Medio. Severidade do medio natural 1 O medio non está exento de riscos 2 Hai máis dun factor de risco 3 Hai varios factores de risco 4 Hai bastantes factores de risco 5 Hai moitos factores de risco
	Itinerario. Dificultade de orientarse no itinerario 1 Camiños e cruzamentos ben definidos 2 Sendas ou sinalización que indica a continuidade 3 Esixe a identificación precisa de accidentes xeográficos e de puntos cardinais 4 Esixe técnicas de orientación e navegación fóra de traza 5 A navegación é interrompida por obstáculos que hai que bordear
	Desprazamento. Dificultade no desprazamento 1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por camiños de ferradura 3 Marcha por sendas dispostas en chanzos ou terreos irregulares 4 É preciso o uso das mans para manter o equilibrio 5 Require pasos de escalada para a progresión
	Esforzo. Cantidade de esforzo necesario 1 Ata 1 h de marcha efectiva 2 Máis de 1 h e ata 3 h de marcha efectiva 3 Máis de 3 h e ata 6 h de marcha efectiva 4 Máis de 6 h e ata 10 h de marcha efectiva 5 Máis de 10 h de marcha efectiva
Calculado segundo os criterios do MIDE para un excursionista medio pouco cargado O MIDE está recomendado pola Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada (FEDME)	