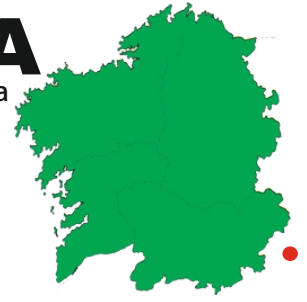




# CANÓN DO RÍO TERA

Adela Leiro, Mon Daporta



**Distancia:** 15 km (circular)

**Dificultade:** alta

**Duración:** 7 horas



O canón do río Tera é un val de orixe glaciar situado dentro do Parque Natural de Sanabria, un espazo que abrangue o lago de Sanabria e outras vinte lagoas de orixe glaciar que se atopan polos arredores, e os territorios veciños.

## PERCORRIDO:

Propoñemos unha camiñada circular duns 15 km para percorrer o tramo do canón do río Tera entre Ribadelago e a poza coñecida como a cova de San Martín, subir logo ata San Martín de Castañeda e baixar, polo Camiño dos Monxes, a Ribadelago.

O primeiro tramo en subida é duns 5,5 km por carreiros de monte e rochas, faise seguindo de preto o curso do río e guiándose polas balizas de cor verde. Supéranse uns 350 m de desnivel con tramos de forte pendente, e no percorrido gozamos de fermosas pozas onde a auga se remansa, zonas encaixadas, fervenzas e pequenos saltos que nos fan moi agradable o camiñar a pesar da dificultade.

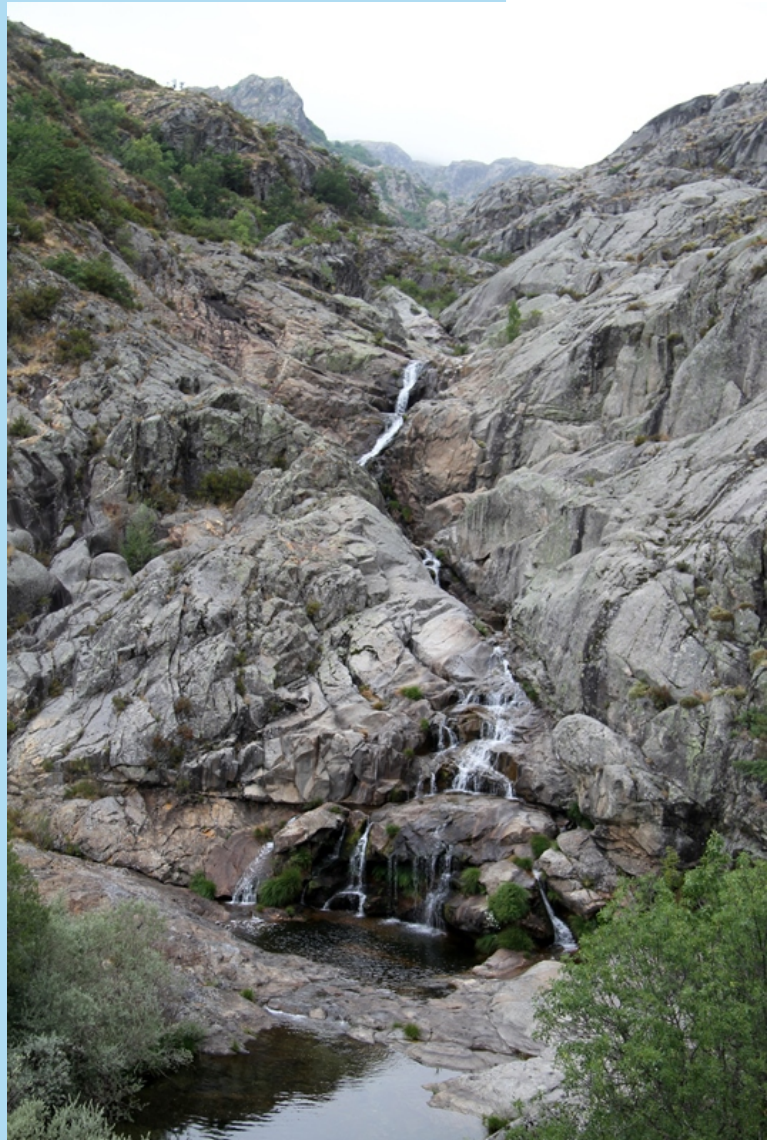
O segundo tramo desde a Cova de San Martín ata a entrada da localidade de San Martín de Castañeda ten dúas partes diferenciadas unha primeira metade de forte subida, outros 300 m de desnivel, para acceder á parte alta do canón desde o que se nos vai ampliando gradualmente a panorámica sobre a ruta, e a segunda, unha vez superada unha divisoria de augas, descendente ata a estrada que sube a Lagoa dos Peixes pola que percorrерemos aproximadamente 1 km, e xusto despois de pasar unha curva pechada á esquerda temos a beira da estrada, á esquerda, un indicador de madeira "Senda de los Monjes" (senalado con balizas azuis) que, pasando por debaixo da estrada, despois de 3 km de percorrido costa abaixo, con pendentes variables e un derradeiro tramo chan, nos devolve a Ribadelago.







Pozo das Ninfas





Cova de "San Martín"







Reboleira

Rebolo a carón da "Cova de San Martín"



Roseira silvestre (*Rosa villosa*)



Xenebreiro



Refuxio de Pastores na subida a San Martín



Ra



Bolboreta *Fabrciana nun cardo*



Vista do Lago de Sanabria desde o Sendeiro dos Monxes