



# VAL GLACIAR AS LAMAS-REQUEIXO

Adela Leiro, Mon Daporta  
xuño 2013

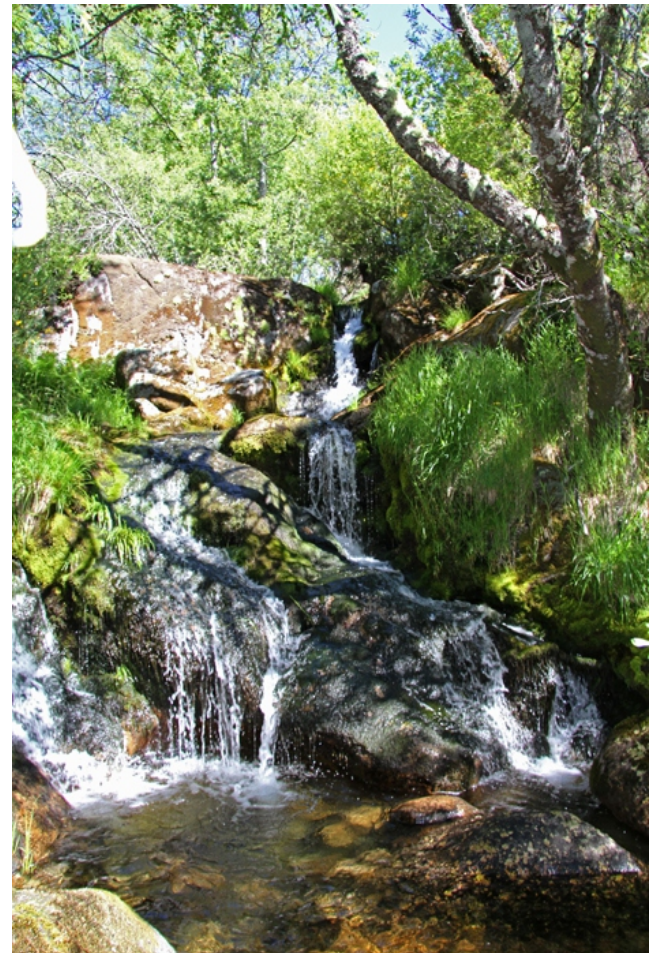


**Distancia:** 16 km (ida e volta)  
**Dificultade:** media



O Macizo Central ourensán é coñecido pola súa relación coa neve. A súa situación e altitude fan que reciba abundantes precipitacións que se manteñen no tempo e por iso acolle a única estación invernal de Galiza; menos coñecidas pero máis espectaculares son as pegadas que o xeo do pasado deixou nas súas abas, na súa estrutura e na súa configuración actual que o converte nunha área de grande interese xeomorfolóxico e paisaxístico, sen esquecer a grande variedade de hábitats que encerra e o importante número de especies, de características propias das alturas, con case un cento de endemismos ibéricos.

Para gozar desta riqueza podemos facer unha camiñada polos vales glaciares de Prada e As Lamas, en Requeixo, no concello de Manzaneda, nos que se forman os regos de Lamas e Requeixo, cabeceiras do rego de San Miguel, (Bibeí-Sil). Os vales glaciares de Prada e As Lamas tiveron a súa orixe nas glaciacións de finais do Cuaternario, cando unha grande masa de xeo, un glaciar de plataforma, cubría a alta zona achairada da serra de Queixa e del esvaraban linguas que cubrían distancias de ata 6 km. Estas linguas, no seu desprazamento, labraron o relevo da contorna, creando os típicos vales de fondo chan e deixando ao longo do seu percorrido ringleiras de morenas, grandes pedras que arrancaban das abas dos montes e arrastraban ao seu paso.



Fervenza no rego das Lamas.



## PERCORRIDO

Para chegarmos a **Requeixo**, punto de arranque da ruta, na estrada de Manzaneda a Vilariño de Conso, entre Placín e San Miguel, collemos o desvío ao lugar. Podemos ir e vir polo mesmo camiño ou facer unha circular indo por un lado do val do río e volvendo polo outro. O primeiro tramo da ruta faise por unha pista ampla, pola que se pode circular cun coche todoterreo, que remata nos prados onde conflúen os **regos de Lamas** e de **Requeixo**. Polo camiño podemos ver, dispersas polo terreo, rochas que formaron parte das morenas ao tempo que gozar das amplas paisaxes porque aínda que camiñamos preto do fondo do val o espazo é tan aberto que permite gozar de amplos horizontes. Chegando ao final da pista temos dúas opcións ir á dereita para percorrer o **val de Lamas** e achegarse ao seu circo que se atopa na aba leste de Cabeza de Manzaneda, ou seguir de fronte onde a un quilómetro temos o lugar abandonado de **Prada** e desde el podemos seguir cara ao fondo do val glaciar. O tempo que pasou desde que non se transita polos camiños fai que a vexetación os borre polo que para achegarnos aos circos fai que teñamos que buscar os espazos polos que movernos, aproveitando sempre os camiños do gando e os sitios cubertos de herba e coa vexetación de menos altura.



Circo glaciar de Prada ou Requeixo. A mellor época para visitar estes lugares é no outono cando as árbores mudan a cor ou na primavera cando a maioría das plantas florecen.

Prada, unha aldea abandonada que se asenta no val glaciar. Conserva os restos da capela dedicada a San Bartolomeu.



Desde o comezo da ruta hai boas panorámicas das abas da serra de Queixa na que se asentan os vales glaciares e vese unha paisaxe na que destaca a abundancia de bloques graníticos de formas máis ou menos redondeadas.



Porto no rego de Requeixo en Prada



Detalle da aldea abandoada de Prada







Circo glacial das Lamas (O Curro das Lagoas)



As Aguilladas no glacial das Lamas.



Bloques da morena do glacial de Lamas





Circo glaciar de Lamas.



*Dactylorhiza maculata*, unha orquídea común nas zonas húmidas.



*Drosera rotundifolia*, planta insectívora das brañas de montaña.



*Pyrgus alveus*, bolboreta escasa que se atopa en pradeiras de montaña de Lugo e Ourense