

# SOBRADO DOS MONXES. Lagoa, Dolmen Forno dos Mouros

27 Xaneiro 2024

Club de Montaña O Carroucho

[www.carroucho.org](http://www.carroucho.org)



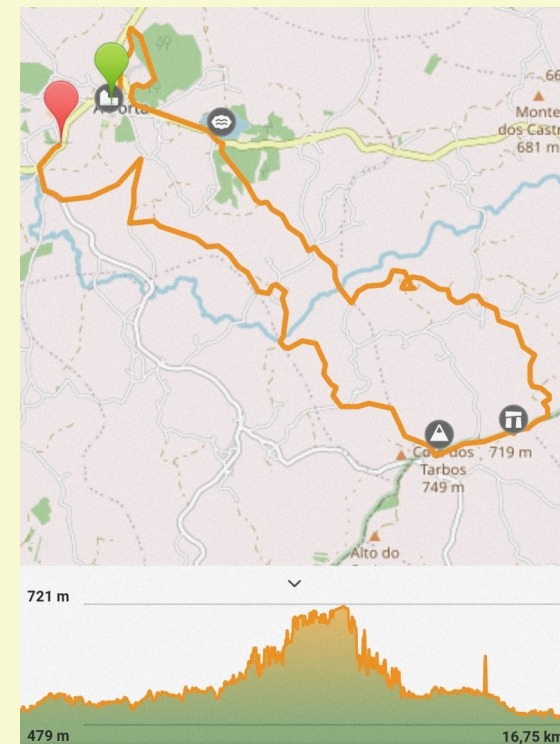
Este sendeiro levará nos a coñecer varias aldeas do interior de Sobrado. O percorrido discorre entre praderías e pequenos vales fluviais, ascendendo ata a Serra do Bocelo.

Comezaremos o noso percorrido na Lagoa de Sobrado, camiñando por unha pista ancha entre vexetación autóctona que pouco a pouco vai deixando paso a varios prados onde paze o gando. Se avanzamos sen facer moito ruído tal vez vexamos algún gaio (*Garrulus glandarius*) ou bubelas (*Upupa epops*).

Seguiremos esta pista durante algo máis dun quilómetro e chegaremos a un pequeno tramo asfaltado, onde cruzaremos o Rego de Caxide para virar despois a esquerda. Introducirémonos nun camiño de terra que nos levará entre verdes outeiros e praderías e cruzaremos un par de pequenos regos, chegaremos ata a aldea de Castro do Seixo. Despois desta aldea ascenderemos ata a Serra do Bocelo por un camiño ancho e de bo firme, entre vexetación de monte baixo característica destes ambientes. Veremos tamén os grandes bolos graníticos típicos desta serra. Pasaremos fronte o Dolmen Forno dos Mouros: é un dos máis rechamantes e mellor conservados de Galicia. Este tipo de construcións eran frecuentes nesta zona, do mesmo xeito que outros símbolos funerarios cos que honraban aos mortos os antigos poboadores. No verán do ano 2009, algúns arqueólogos estiveron ao restaurar e eliminando as vigas de ferro que suxeitaban a laxa do teito. O resultado tras esta actuación levada a cabo co máximo de rigor científico. Monumento sepulcral datado no III milenio a. C., é unha estrutura megalítica con cámara poligonal formada por unha lousa horizontal sostida por sete piares (ortostatos).

Pena dá Moura: están formadas por unha roca granítica asentada sobre unha base de gneis que demostra a erosión á que se viu sometido a contorna. Está acompañada por outras tres rocas de menor tamaño que aparecen apoiándose unhas noutras, posiblemente debido a desprazamentos, formando unha especie de arco. A roca maior ten unha altura superior aos 11 metros e aparece rachada na súa metade. Estas rocas están perfectamente redondeadas onde o misterio e a lenda sobre a súa orixe está presente na cultura local na cal se di que foron postas alí pola man do home. Ao redor de Pena dá Moura existen lendas variadas. Un pouco máis arriba destas rocas, no punto máis alto pódese observar unhas vistas excelentes desta zona, ao lonxe Sobrado dos Monxes. Dende aquí comezaremos a descender da serra e pasaremos polas aldeas de Bustomaio e de Reboredo, dedicadas ao gando vacún, para chegarde novo a pista do comezo do sendeiro, que nos levará ata o punto de partida.

A lagoa de Sobrado: foi construída polos monxes do mosteiro entre os anos 1500 e 1530, represando as augas de varios arrosos que forman as fontes do río Tambre. O obxectivo do encoro, á parte de levar auga corrente ás cociñas do mosteiro, era regar os seus prados e mover os seus muíños, mesmo en tempos de seca. Un último motivo, non menos importante, era dispoñer de pesca, especialmente en Corasma.



## DATOS BÁSICOS

COMEZO: Sobrado  
REMATE: Sobrado  
DISTANCIA LINEAL: 17 km  
DURACIÓN APROXIMADA: 6 horas  
DIFICULTADE: Media  
DESNIVEL POSITIVO: 381 m  
DESNIVEL NEGATIVO: 396 m  
ALTITUDE MÁXIMA: 721 m  
ALTITUDE MÍNIMA: 479 m

## PRÓXIMA RUTA:

BOSQUE RIDIMOAS E COCIDO

24 FEBREIRO