



Un grupo de los ITBS por la ruta de la Garganta do Rao en Navia de Suarna

SENDERISMO Un grupo de miembros de los Internacionales Trekkers Barbanza-Sar se desplazó el pasado fin de semana a Os Ancares para cubrir la ruta conocida con el nombre de Garganta do río Rao, una de las más duras de Galicia, dentro de su programa de visitas a las principales rutas de senderismo de nuestra comunidad. Durante la andaina por este trayecto, que transcurre la

mayor parte por la parroquia de Rao, en Navia de Suarna, el grupo, capitaneado por presidente y vicepresidente de los ITBS, Francisco González Lojo y Juan José Fajardo, respectivamente, tuvo ocasión de andar por un sendero privilegiado aunque las constantes subidas y bajadas, y las pésimas condiciones de la ruta por las inclemencias meteorológicas (nie-

ve, hielo, lluvia...) endurecieron el paseo. No obstante pudieron disfrutar de iglesias, ferrerías, cortíns, ouriceiras y molinos, visitar aldeas desiertas y hasta seguir las huellas de algunos osos que campan a sus anchas por Os Ancares. El paseo por los lugares de Robledo, Balouta, Pandozarco, Murias o Coro, siempre por la garganta del río, fue un auténtico regalo de la naturaleza. **E.C.G.**

50 DEPORTES

EL CORREO GALLEGO

LUNES
25 DE ENERO DE 2016

La Andaina do Sar abre la temporada de pruebas del calendario gallego

Se disputará por Padrón, Rois, Teo y Dodro el 9 de abril // Parte de los 50 kilómetros de esta novena edición vuelven a ser inéditos

JAVIER FERNÁNDEZ
Santiago

El calendario para este año 2016 de la Federación Gallega de Montaña, en la modalidad de andainas de 50 kilómetros, vuelve a abrirse con la celebración de la prueba denominada Andaina Bisbarra do Sar que, organizada por el Colectivo Remonte con la colaboración de los concellos de Padrón y Rois, discurrirá por las tierras de los tres ayuntamientos que forman la comarca do Sar: Padrón, Rois y Dodro.

La cita tendrá lugar el sábado, 9 de abril y, como ocurrió en cada una de las ocho ediciones precedentes, buena parte del recorrido será inédito para los participantes ya que una de las características principales de esta andaina es que sus organizadores, capitaneados por Arturo Reboyras Villaverde, nunca repiten el trayecto para ofrecer un aliciente más a los competidores en este evento.

Consolidada ya como una de las grandes pruebas del calendario gallego, en esta edición esperan volver a situar la participación ron-

MODALIDADES

Caminando. El tiempo para completar se fijará entre las 7.45 y 11.45 horas y se descalificarán todos aquellos participantes que no cumplan escrupulosamente con esta modalidad. Habrá retenciones en los puntos de control.

Corriendo. No habrá retenciones pero deberán completar los 50 km en un tiempo máximo de 6.30 horas y de 3.45 en el km 28.

dando los 400 deportistas, de los cuales un 70 % consiguen completar un circuito con un desnivel aproximado de 1.500 metros.

Esta andaina de 50 kilómetros consta de dos anillos de 28 y 22 kilómetros, respectivamente. El primero de ellos sale de la plaza de Macías en Padrón, sube al Santiaguíño do Monte por las tradicionales escaleras de piedra, gira por el monte hacia la aldea de Pexegueiro, en Dodro, pa-

ra discurrir hacia Casa do Porte, en Rois. Desde allí se dirigen al primer control de avituallamiento (km. 12) en Picadizo-Buxán y subirán sobre cinco kilómetros para alcanzar la cumbre del monte de Rois, punto de confluencia de cuatro concellos: Rianxo, Dodro, Rois y Lousame.

Una vez allí descenderán en dirección A Chiscal (control avituallamiento en punto kilométrico 20) para dirigirse a fuente Primeral todo por el monte. Se completará este primer bucle caminando hacia Padrón pasando por el interior del pazo da Ermida.

El segundo de los anillos partira del paseo del Espolón en Padrón hacia el Museo de Camilo José Cela y la iglesia de Iria para encarar la dura subida al monte de Meda. En la cumbre se girará hacia Lampai para adentrarse fugazmente en el Concello de Teo y retornar hacia la cara posterior del Meda (zona de Carcaía) para bajar a Luáns, canal del Sar, Aduana y completar los 50 kilómetros en el Souto donde estará situada la llegada de esta novena edición



Los 100 kilómetros de ITBS por el Barbanza se presentaron en Fitur



PRUEBAS CONSOLIDADAS Un momento de la edición de 2015 de la Andaina Bisbarra do Sar (arriba) y el alcalde de Ribeira, Manuel Ruiz Rivas, con el cartel de la tercera edición de los 100 kilómetros del Barbanza durante su estancia en Fitur. *Fotos: Gallego*

Santiago. Los días 25 y 26 de junio tendrá lugar por tierras del Barbanza la tercera edición de la prueba más exigente del calendario de la Federación Gallega de Montaña: los 100 kilómetros de los Internacionales Trekkers Barbanza-Sar, cuyo cartel anunciador se presentó en Fitur de la mano de los representantes municipales de la comarca que acudieron a Madrid para promocionar las actividades turísticas.

La edición de este año saldrá de Pobra do Caramiñal a las 17.00 horas del sábado 25 y recorrerá montes, senderos y playas de los concellos de Ribeira, O Son, Noia, Lousame, Rianxo y Boiro para regresar a Pobra en un tiempo máximo de 24 horas.

La prueba podrá hacerse andando (ultratrail) o corriendo (ultratrail). Como suele ser habitual en este tipo de eventos no es competitiva aunque si se facilitarán tiempos de paso. Habrá apoyo logístico para todos los participantes. En apenas una semana ya se han inscrito medio centenar de atletas gallegos a los que hay que añadir algún portugués y de otros puntos de España J.F.