



# GUÍA TERMAL DEL EIXO ATLÁNTICO



Programa INTERREG V A España-Portugal (POCTEP) 2014-2020



# GUÍA TERMAL DEL EIXO ATLÁNTICO



EDICIÓN: Eixo Atlántico do Noroeste Peninsular

DIRECCIÓN: Xoán Vázquez Mao

REDACCIÓN: Redactado por las ciudades del Foro Termal del Eixo Atlántico

COORDINACIÓN: Departamento de Programas y Cooperación

DISEÑO Y MAQUETACIÓN: María Llauger

IMPRESIÓN: Sgraf Artes Gráficas, S.L.

AÑO DE EDICIÓN: 2021

DEPÓSITO LEGAL: VG 259-2021

ISBN:

Versión digital: 978-989-9060-08-1

Versión impresa: 978-989-9060-07-4

Esta publicación ha sido cofinanciada por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional FEDER a través del programa Interreg V-A España-Portugal (POCTEP) 2014-2020. El contenido de esta publicación es de exclusiva responsabilidad del autor que las emite.



**Ricardo Río**

Presidente del Eixo Atlántico



**Lara Méndez**

Vicepresidenta del Eixo Atlántico

El Foro Termal del Eixo Atlántico nace de la necesidad de poner a las ciudades termales del Eixo en el mapa turístico internacional, con especial atención en el mercado de proximidad, representado por los más de 6 millones de personas que vivimos en la Eurorregión Galicia-Norte de Portugal.

Nuestras ciudades cuentan con un patrimonio natural y cultural que las hace únicas. Entre sus múltiples recursos endógenos, uno de ellos destaca notablemente por su abundancia, calidad y singularidad, y que constituye una ventaja diferenciadora y competitiva respecto a otros destinos tanto nacionales como internacionales: sus aguas termales.

Esta riqueza minero medicinal y termal permite la construcción de un elevado número de establecimientos termales, referentes en su sector cuya actividad ha sido clave durante años para el desarrollo social, económico y medio ambiental de las ciudades termales del Eixo. Un sector que ha lanzando al mercado productos turísticos especializados con capacidad de desestacionalizar la demanda, con poder para la captación de más segmentos de público, y de gran atractivo para la articulación de oferta turística combinada con otros productos relacionados con el patrimonio cultural, natural, enogastronómico, deportivo, etc.

Hoy las motivaciones del turista han cambiado. Sin embargo, a pesar de ser cada vez más diversas y plurales, confluyen en una misma necesidad: vivir experiencias únicas. En este sentido, como Presidente del Foro Termal del Eixo Atlántico, animo a los operadores turísticos a seguir apostando por la creación de productos conjuntos capaces de atraer la atención de este nuevo turista, dándole la oportunidad de vivir la experiencia transfronteriza de recorrer nuestro patrimonio termal a lo largo de la Ruta Termal y del Agua Galicia-Norte de Portugal, y de convertirse, al final del recorrido, en embajador/a de nuestras aguas.

Con este espíritu de cooperación y puesta en valor de nuestro territorio hemos aunado, bajo esta guía, la mejor oferta turística de dos países en un único destino: las ciudades del Foro Termal del Eixo Atlántico.





## **Manuel Baltar**

Presidente del Foro Termal Eixo Atlántico

El termalismo es una de las potencialidades de nuestro territorio. El Eixo Atlántico tiene peso propio en el termalismo europeo, un recurso sanitario, turístico y económico. La pandemia hace que esta fortaleza sea especialmente relevante, ya que es sinónimo de salud y bienestar.

Como Presidente del Foro Termal es un placer presentar esta guía sobre uno de nuestros tesoros más importantes, elaborada con el mimo y rigor que exige el prestigio de nuestra organización y el compromiso con nuestra tierra. Agradezco la colaboración de todos los miembros del Foro para presentar una publicación que ahonda en los beneficios de nuestro termalismo y que define nuestra forma de trabajar en red y con ambición.

Desde la Diputación de Ourense, la provincia termal, tuvimos claro desde un principio que la futura estrategia de desarrollo giraría en torno al eje termal. Más de un centenar de manantiales con cinco millones de litros de agua termal al día hablan en voz alta de nuestra condición. El “programa de termalismo social” en colaboración con el Gobierno de España se basa en beneficios —en términos de calidad de vida— que ofrecen las propiedades terapéuticas de las aguas declaradas minero-medicinales de las instalaciones balnearias de la provincia. En este momento, todas ellas ya cuentan con importantes protocolos de higiene y seguridad en todas las actividades y servicios que realizan.

En este escenario, este Foro Termal del Eixo Atlántico debe asegurar que el sector desarrolle una serie de medidas generales comunes encaminadas a minimizar los riesgos. El termalismo es nuestra gran riqueza y lo que nos diferencia de otras regiones del mundo. Por eso debemos preservar y promover este recurso, definiendo políticas de prevención y mejora, creativas e innovadoras.

Tenemos grandes retos por conquistar juntos. Y sabemos que el agua es vida. Y que el agua termal es salud. Desde la perspectiva que tengo como presidente de la European Historic Thermal Towns Association (EHTTA), identifico claramente un camino lleno de buenas noticias para el termalismo del Eixo Atlántico.

Les aseguro un trabajo planificado y competitivo del Foro Termal. Que esta sea una invitación para que construyamos de forma colaborativa el futuro por el que luchamos.

# ÍNDICE

## AMARANTE

- Información general..... 10
- Termas de Amarante..... 12

## CALDAS DE REIS

- Información general..... 16
- Balneario Acuña..... 18
- Balneario Dávila..... 20
- *Fonte da Burga*..... 22

## CARBALLO

- Información general..... 26
- Balneario de Carballo..... 28

## DIPUTACIÓN DE LUGO

- Información general..... 32
- Guitiriz..... 35
  - Balneario de Pardiñas. *Fonte de Santo Domingo*..... 37
  - Fonte de San Xoán de Lagostelle..... 38
  - Fonte de Valdovín..... 40
- Palas de Rei..... 41
  - Hotel Balneario Oca Rio Pambre..... 43
- Pantón..... 45
  - IBERIK *Augas Santas* Balneario & Golf..... 47

## DIPUTACIÓN DE OURENSE

- Información general..... 52
- Arnoia..... 56
  - Hotel Balneario de Arnoia..... 58
- Baños de Molgas..... 60
  - Hotel Balneario de Baños de Molgas..... 62
- Castrelo de Miño..... 64
  - Termas de Diestro..... 66



• Cenlle.....	67
• Hotel Balneario de Laias.....	69
• Termas de Barbantes.....	72
• Cortegada.....	74
• Balneario de Cortegada.....	76
• Leiro - Berán.....	79
• Balneario de Berán.....	81
• Lobios.....	82
• Hotel Balneario de Lobios.....	84
• Punxín.....	86
• Termas de As Quintas.....	88
• Ribadavia.....	89
• Termas de Prexigueiro.....	91

## GUIMARÃES

• Información general.....	94
• Taipas Termal.....	96

## LUGO

• Información general.....	100
• Balneario de Lugo. Termas Romanas.....	102

## O CARBALLIÑO

• Información general.....	106
• Balneario Caldas de Partovia.....	108
• Gran Balneario de O Carballiño.....	110
• Bañiños de Arcos.....	112

## OURENSE

• Información xeral.....	114
• Piscina termal das Burgas.....	116
• A Chavasqueira.....	118
• Espazo termal do Muíño da Veiga.....	120
• Termas de Outariz.....	122
• Espazo termal de Outariz e Burga de Canedo.....	124
• Fonte do Tinteiro.....	126

## PONTEAREAS Y SU COMARCA

• Información general.....	130
• Mondariz-Balneario.....	132
• Balneario de Mondariz.....	134
• Fuente de Gándara.....	136
• Fuente de Troncoso.....	138
• Salvaterra de Miño.....	139
• Termas municipales de Teáns.....	141

## SANTA MARIA DA FEIRA

• Información general.....	144
• Termas de S. Jorge.....	146

## TERRAS DE BOURO

• Información general.....	150
• Termas del Gerês.....	152
• Termas de Moimenta.....	155

## VILA POUCA DE AGUIAR

• Información general.....	160
• <i>Pedras Salgadas Spa &amp; Nature Park</i> .....	162

## VIZELA

• Información general.....	166
• Termas de Vizela.....	168

# MAPA DE LOS ESPACIOS TERMALES DEL EIXO ATLÁNTICO



## Balnearios / Termas

1. Termas de Amarante
2. Balneario Acuña
3. Balneario Dóvila
4. Balneario de Carballo
5. Hotel Balneario Oca Río Pambre
6. IBERIK Aguas Santas
7. Hotel Balneario de Arnoia
8. Hotel Balneario de Baños de Molgas
9. Hotel Balneario de Lalas
10. Termas de Barbantes
11. Balneario de Cortegada
12. Balneario de Berán
13. Hotel Balneario de Lobios
14. Termas de Predeguello
15. Taipas Termal
16. Balneario de Lugo

17. Balneario Caldas de Partovia
18. Gran Balneario de O Carballiño
19. Picheira termal das Burgas
20. A Chavasqueira
21. Espazo Termal de Muíño da Veiga
22. Termas de Outariz
23. Espazo termal de Outariz e Burga de Canedo
24. Balneario de Mondariz
25. Termas Municipais de Teóns
26. Termas de S. Jorge
27. Termas do Gerês
28. Termas da Moimenta
29. Pedras Salgadas
30. Termas de Vizela

## Aguas mineromedicinales

1. Fonte da Burga
2. Balneario de Pardifias Fonte de Santo Domingo
3. Fonte de San Xoán de Lagostelle
4. Fonte de Valdovín
5. Termas do Diestro
6. Termas de As Quintas
7. Bañños de Arcos
8. Fuente de O Tinteiro
9. Fuente de Gándara
10. Fuente de Troncoso



# Amarante



# Amarante

En el Norte de Portugal, atravesada por el río Tâmega y protegida por las sierras de O Marão y A Aboboreira, existe una tierra donde la historia y la cultura abundan: **Amarante**.

Su carácter de *Natureza Criativa* constituye un significativo patrimonio arquitectónico, natural, cultural, gastronómico y turístico. Es Ciudad Creativa de la UNESCO desde 2017.

Se presume que Amarante ganó importancia y visibilidad con la llegada de San Gonzalo en el s. XII, que se asentó allí después de peregrinar por Roma y Jerusalén. Este Santo popular atrae multitud de visitantes al Monasterio y al Convento, que se mandaron construir en su honor en 1540 por D. João III y que componen, junto con el Ponte, un conjunto arquitectónico de estilo Barroco de especial interés y belleza. Además, el centro histórico concentra un conjunto notable de edificios y monumentos, mayoritariamente de estilo Barroco.



Es una tierra atrayente y encantadora, que invita a conocer y a disfrutar. Ciertamente es que Amarante fue la cuna de genios que prestaron su talento a esta ciudad. Nombres como Amadeo de Souza-Cardoso, Agustina Bessa-Luís o Teixeira de Pascoaes pueden sonar familiares hasta a los oídos más despistados.

La esencia de Amarante está indivisiblemente unida al **río Tâmega** y a las sierras de O Marão y A Aboboreira, es decir, en una palabra, a la naturaleza. Se siente una constante conexión con las actividades al aire libre y de bienestar físico, como el senderismo, el montañismo, el piragüismo, los paseos en **guigas** (pequeñas embarcaciones de fabricación local) y barcas a pedales, la pesca, la caza, la natación, el golf, el camping, el disfrute de las playas fluviales, del parque acuático y de la instalación termal.



Con vista al futuro, Amarante apuesta por la valorización sostenible de la naturaleza y por transición cara la economía circular. Su experiencia más reciente, en la recuperación de su patrimonio edificado, descubre una ciudad dinámica y los investimentos en calidad medioambiental, en la recuperación de ríos y bosques en galería, posicionan a Amarante a la par de otras congéneres europeas. La calidad de vida, el mantenimiento de la salud y de estilos de vida activos son los puntos fuertes de esta pequeña ciudad del Norte de Portugal, que se engrandece en cada detalle de aquello que ofrece tanto a sus habitantes como a quien los visita.



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Centro Histórico
- Iglesia del Convento de S. Gonçalo
- Puente de S. Gonçalo
- Museo Municipal Amadeo de Souza-Cardoso
- Casa de A Cerca
- Iglesias de S. Pedro e S. Domingos
- Sendero Trilho das Azenhas I
- Sierras de O Marão y de A Aboboreira



#### ALOJAMIENTOS



# TERMAS DE AMARANTE

Municipio de Amarante

La primera gran referencia histórica a las aguas minero-medicinales de Amarante se remonta al libro *Aqui-légio Medicinal* de Francisco da Fonseca Henriques de 1726. En 1895 se atribuye la primera concesión de la licencia termal en Amarante, que se transferiría al Concello en 1968.

En 2013, el Alcalde de Amarante, José Luís Gaspar, avanzó con el proyecto de construcción de las Termas. El 30 de septiembre de 2016, se colocó la primera piedra de la obra actualmente acabada y donde funciona, desde enero de 2019, el establecimiento termal **"Termas de Amarante"**.

Las instalaciones termales de Amarante se sitúan en un lugar privilegiado y de fácil acceso, en pleno centro de la ciudad, y con vistas al **río Tâmega** por su proximidad. Dispone de terapias en las áreas respiratorias, reumáticas y músculo-esqueléticas. Dotado de las más recientes soluciones técnicas, este nuevo complejo termal ofrece diversos tipos de baños, duchas e hidromasajes, así como tratamientos específicos para las enfermedades respiratorias y músculo-esqueléticas. Además, dispone también de excelentes condiciones para valiosos momentos de descanso y relajación, individualmente o en buena compañía.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

El estudio físico químico completo concluye que el agua mineral natural de las Termas de Amarante presenta el perfil típico de una sulfúrea genuina, del subgrupo de pH>9.

Temperatura  
y PH  
22°C  
PH 9.6

Época termal  
Todo el año

Horario

Lunes a sábado:  
09:00h 20:00h





## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Publicadas en el Despacho n.º 7733/2018, 2018-08-13 - DRE, las indicaciones terapéuticas reconocidas al agua mineral natural del establecimiento termal de Amarante son:

- **Enfermedades del aparato respiratorio:**

Rinitis alérgicas, sinusitis, laringitis, adenoiditis, asma bronquial y alérgica y EPOC.

- **Enfermedades reumáticas y músculo esqueléticas:**

Osteoartritis, reumatismos inflamatorios y abarticulares (hombro doloroso, neuralgias y ciáticas), esguinces y secuelas de fracturas.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

El establecimiento termal de Amarante es un balneario de tratamiento termal con prestación de cuidados en la salud. Tipos de tratamientos prestados.

- **Enfermedades del aparato respiratorio:**

- Irrigación nasal
- Nebulización
- Aerosol (sónico/ termal)
- Pulverización faríngea
- Drenaje de Proetz
- Insuflación tubo-timpánica
- Ducha faríngeo-filiforme
- Ducha filiforme (Rinitis/sinusitis)



• **Enfermedades reumáticas y músculo-esqueléticas:**

- Piscina de recuperación
- Piscina con hidromasaje
- Baño de inmersión simple
- Baño de inmersión con hidromasaje
- Baño de inmersión con subacuático
- Baño de inmersión con burbuja de aire
- Vapor parcial (miembros y columna)
- Duchas regionales/generales (en chorro, en cascada, con masaje)
- Ducha circular
- Hidropresoterapia
- Pedidaix
- Bertholaix
- Lodos

Servicios añadidos o paralelos – servicios de bienestar termal suministrados con y sin agua mineral natural y técnicas termales:

Baños, piscina termal, duchas, masajes, tratamientos de cuerpo y rostro y rituales.

€ **TARIFAS**



i **OTRA INFORMACIÓN**

En la vertiente clásica del termalismo, la persona usuaria podrá, mediante una consulta médica, realizar tratamientos termales por cuestiones de salud o prevención. En el área del bienestar – SPA termal, podrá disfrutar de un conjunto de tratamientos y programas seleccionados para el bienestar y la relajación profunda.



**TERMAS DE AMARANTE**

Rúa Tenente Laranjeiro, 224  
4600 011 Amarante

41.2696357 (N)  
- 8.0826488 (O)

Tel: (+351) 914 371 333

termasdeamarante@  
cm-amarante.pt

termasdeamarante

# Caldas de Reis



# Caldas de Reis

**Caldas de Reis** se caracteriza por su ubicación estratégica, su riqueza paisajística y sus aguas termales.

El Tesoro de Caldas es el vestigio más importante de la Historia del municipio. Se trata de un conjunto de piezas de oro, datado a comienzos de la Edad del Bronce (1800 a.C.), que constituye uno de los depósitos de oro prehistóricos más importantes de Europa. Hoy en día se encuentra en el Museo de Pontevedra. En los primeros años de la cristianización fue Sede Episcopal, manteniéndose como lugar de referencia en la Galicia medieval debido a su relación con obispos y reyes. Así, en el año 1105 tiene lugar el nacimiento del rey Alfonso VII, hecho por el que pasó a denominarse *Caldas de Rex*.

El termalismo está tan presente en las páginas de la historia de Caldas que hasta su nombre reflejó siempre este fenómeno, pues el agua **minero-medicinal** es el recurso más importante en el nacimiento y desarrollo del pueblo. Además de la fuente pública de Las Burgas, la villa termal cuenta con **dos balnearios**: el Balneario Acuña y el Balneario Dávila.

Las aguas de Caldas de Reis pertenecen al grupo de aguas sulfuradas cloruro-sódicas hipertermales que resultan, tanto por temperatura como por composición, de las más interesantes de todo el espectro minero-medicinal. Medicamente están indicadas para afecciones reumáticas, dermatológicas, ginecológicas, quirúrgicas y de las vías respiratorias.

Caldas siempre ha sido punto obligado de tránsito para los **peregrinos** y extranjeros que entraban en Galicia por Tui o por los puertos de Baiona, Vigo y Pontevedra, siguiendo hacia Santiago por el trayecto marcado por las vías romanas. Hoy es uno de los municipios en los que más recorrido tiene el Camino Jacobeo Portugués.



A su llegada al casco histórico, los peregrinos se encuentran la Iglesia de Santa María, cruzan el río Umia sobre el puente de la Herrería para bajar por delante de las Burgas hacia la calle Real y Puente Bermaña. Antes de abandonar el municipio y continuar hacia Padrón, también podrán observar la Iglesia de *Santa Mariña de Carracedo*, cuyo origen se remonta a un monasterio del siglo XII.

En el municipio hay importantes ejemplos de **iglesias románicas** como la Iglesia de Santa María de Caldas o las Iglesias de Santa María de Bemil y San Andrés de Cesar, que conservan sendos ábsides románicos. También la Iglesia de San Esteban de Saiar preserva elementos como las dos portadas románicas. En el centro de Caldas se encuentra la Iglesia parroquial de Sto. Tomás, de finales del S. XIX y en estilo neomedieval, cuyo interés radica en que fue en parte construida con las piedras de la antigua Torre de Doña Urraca.



Es imprescindible nombrar el conjunto que conforma el río Umia con el Jardín Botánico y Carballeira, declarado Bien de Interés Cultural. Es uno de los lugares con más encanto para el viajero y está constituido por más de cien especies de todos los continentes.

[www.caldasdereis.com](http://www.caldasdereis.com)



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Casco histórico de Caldas
- Jardín Botánico y Río Umia
- Iglesia románica de Santa María
- Iglesia de Santo Tomás



#### ALOJAMIENTOS



# BALNEARIO ACUÑA

Relais Thermal

Hotel Balneario ubicado en el centro histórico de **Caldas de Reis**. La historia del **Balneario Acuña** se remonta a principios del siglo XIX, cuando el sacerdote Pedro Acuña y Malvar, secretario del rey Carlos IV, inició su construcción. Fue restaurado en el año 2007.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Clorurada, sódica y bicarbonatada.



Temperatura  
y PH

40°C

PH 8.36



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Procesos crónicos y persistentes de vía aérea superior: rinitis, faringitis, y laringitis crónicas; y de vías respiratorias: bronquitis y asma.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Hidromasaje
- Ducha escocesa
- Aerosol
- Inhalación

Época termal  
De marzo a  
diciembre



Horario

Sujeto a reserva



€ TARIFAS



i OTRA INFORMACIÓN

- Ubicado en el Camino Portugués a Santiago
- Cuenta con una piscina termal exterior y zona verde
- Aparcamiento propio



★★

BALNEARIO  
ACUÑA



Rúa Ferrería , 2  
CALDAS DE RES



42.603449 (N)  
-8.642497 (O)



Tel: (+34) 986 540 010



reservas@relaistermal.com  
www.balnearioacuna.com

# BALNEARIO DÁVILA

Familiar

Hotel Balneario ubicado en el centro histórico de **Caldas de Reis**. La historia del **Balneario Dávila** se remonta al año 1780, fue restaurado en el año 1998.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Clorurada, sódica y bicarbonatada.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Procesos crónicos y persistentes de vía aérea superior: rinitis, faringitis, y laringitis crónicas; y de vías respiratorias: bronquitis y asma.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Pulverizaciones
- Inhalaciones
- Ducha nasal
- Piscina termal
- Baños
- Chorros a presión
- Estética facial y corporal
- Masajes

Época termal  
De marzo a  
noviembre

  
Horario

Sujeto a reserva





## € TARIFAS



## i OTRA INFORMACIÓN

- Ubicado en el Camino Portugués a Santiago
- Cuenta con un excepcional cañaveral de bambú
- Aparcamiento propio



★★

## BALNEARIO DÁVILA

Rúa Laureano Salgado, 11  
CALDAS DE RES

42.604457 (N)  
-8.642891 (O)

Tel: (+34) 986 540 012

@  
balneariodavila@  
balneariodavila.com  
www.balneariodavila.com

# FONTE DA BURGA

Fuente pública



Los primeros pobladores de Caldas de Reis fueron los Cilenos, y esta población indígena ya daban cuenta de la existencia manantial de la **Fonte da Burga**, a través de varios vestigios arqueológicos encontrados, como un ara votiva al dios Edovio.

Serían más tarde los romanos los que destacaron a Caldas de Reis como la "mansión de Aquis Celenis" por los beneficios del manantial termal, y estableciendo un campamento militar estable.

Será en el año 1881 cuando el Ayuntamiento de Caldas arregle la fuente y el entorno del manantial. De estilo neoclásico, está constituida por dos caños ornamentados de bronce con cabezas de león.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Clorurada, sódica y bicarbonatada



Temperatura  
y PH

45°C  
PH 7.5



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Vías respiratorias, procesos digestivos y dermatológicos.

Época termal  
Todo el año



Horario

Todos los días  
24h



### TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Cura hidropínica
- Aplicación sobre la piel



### TARIFAS

Fuente pública y gratuita.



### OTRA INFORMACIÓN

La fuente está ubicada en el Camino Portugués a Santiago.



### FONTE DA BURGA

Rúa Laureano Salgado, s/n  
CALDAS DE RES

42.603663 (N)  
-8.642984 (O)

Tel: (+34) 986 540 002

@  
[www.caldasdereis.com](http://www.caldasdereis.com)



# Carballo



# Carballo

**Carballo**, capital de Bergantiños, está situada en el norte de la Costa da Morte. Capital y epicentro económico y comercial de la comarca, cruce de caminos entre Santiago, A Coruña y Fisterra, el pueblo es en la actualidad un núcleo dinámico y lleno de vida, con gran capacidad de atracción.

Con sus ya más de 31.000 habitantes, nuestro municipio entró en el siglo XXI como uno de los más grandes de toda Galicia y de los más densamente poblados de la provincia de A Coruña.



El de Carballo es el **único balneario minero medicinal** de toda la Costa da Morte. Nuestras centenarias aguas habían sido reconocidas ya en el siglo XIX como unas de las mejores de toda Europa.

La importancia de nuestro manantial termal hizo que, lo que hasta entonces era sólo una pequeña aldea de la comarca de Bergantiños, se convirtiese en un pueblo en continuo crecimiento.

Incluso el antiguo camino real que comunicaba A Coruña con *Fisterra* y Santiago cambió su trazado para pasar por el núcleo urbano y así mejorar su acceso para las y los bañistas.

Dicen los historiadores que Carballo pudo ser Glandimiro, pueblo situado al lado de la vía *Per Loca Maritima* en época romana. Junto a estas aguas termales, las y los caminantes cansados encontrarían un lugar idóneo para recuperar fuerzas.

Carballo quedó convertido no sólo en pueblo termal sino también en el más importante cruce de caminos de la comarca.



En la actualidad, nuestras aguas termales cuentan con el **distintivo Q de calidad** y son una milagrosa fuente no sólo de salud, sino también de belleza, bienestar y relax. Un poderoso atractivo que trae a nuestra villa todos los años a cientos de bañistas.



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Espacio Natural Razo-Baldaio
- Cascadas, de Rus y Entrecruces, conectadas por una ruta que une naturaleza y patrimonio
- Museo al aire libre de arte urbano, "Derrubando muros con pintura"



#### ALOJAMIENTOS



# BALNEARIO DE CARBALLO

Balneario de Carballo

La fama de las aguas mineromedicinales de Carballo viene de viejo. Ya en la época romana se conocían sus excelentes propiedades. De esos restos romanos aún se conserva, en las instalaciones actuales, una antigua arquería. Los baños fueron redescubiertos en el siglo XVIII y, gracias a eso, **Carballo** es hoy lo que es. Corría el año 1716 cuando un vecino de la zona quiso indagar qué sucedía en aquel lugar del que salían extraños vapores. No encontró el tesoro que esperaba, pero sí los restos de una manantial de **aguas mineromedicinales**.

El dueño del terreno, al comprobar que las aguas curaban su propia dolencia reumática, construyó una casa hospital y una capilla en honor a la virgen de la Estrella. De ahí el nombre de la calle en la que hoy está situada el balneario, una de las más céntricas de Carballo. Por aquel entonces el pueblo no existía y las y los primeros bañistas paraban en la aldea más próxima al manantial, lo que hoy en día es el barrio de A Lagoa.

En el siglo XIX, el conde de Torre Penela mejoró las instalaciones del balneario. El número de bañistas aumentó de modo considerable y llegó a superar el millar en el año 1871.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfurado sódica bicarbonatada, de mineralización débil, presenta un alto contenido en azufre, sodio y bicarbonato, así como el cloro, flúor, etc. Es incolora y transparente, si bien en grandes cantidades adquiere una coloración azulado verdosa.

Temperatura  
y PH  
42°C  
PH 8.8

Época termal  
Del 6 febrero al  
20 diciembre

Horario

Mañanas  
Lunes a domingo: 08:00h-13:00h

Tardes  
Lunes a viernes: 17:00h-20:00h  
Sábados: 18:00h-21:00h





## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- **Afecciones del aparato locomotor:**

- Enfermedades reumáticas degenerativas (artrosis), inflamatorias (artritis reumatoide, espondilitis anquilosante), metabólicas (gota), no articulares (fibromialgia, tendinitis).
- No reumáticas: secuelas postraumáticas de fracturas, esguinces, distensiones, etc.

- **Afecciones de vías respiratorias:**

- Superiores: sinusitis, rinitis, faringitis, etc.
- Inferiores: EPOC, BCO, asma, etc.

- **Afecciones de la piel:** (psoriasis, dermatitis atópica, etc.)

- **Afecciones del aparato digestivo**

- **Sistema nervioso y circulatorio**

Además de estas indicaciones, existen otras como retraso de envejecimiento, tratamientos de reposo y antiestrés, procesos ginecológicos, afecciones quirúrgicas, afecciones hepáticas y entero hepáticas, trastornos metabólicos, vías urinarias y odontoestomatología.

El equipo médico establecerá el tratamiento definitivo según la patología del paciente y pone a su disposición el correo electrónico

**[serviciosmedicos@balneariodecarballo.com](mailto:serviciosmedicos@balneariodecarballo.com)** para aclarar posibles dudas.





## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Piscina de aguas termales: ducha circular, hidromasaje, burbujas y chorro.
- Técnicas vías respiratorias: duchas nasales, faríngeas e inhalaciones.
- Técnicas musculares y de huesos: parafangos.
- Técnicas estéticas: envolturas (algas, lodos, chocolate).
- Técnicas complementarias masajes relajantes, tratamientos faciales (peelings, cremas hidratantes, máscaras).



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

En pleno casco urbano, el Balneario de Carballo actualmente de dos estrellas, cuenta con un total de 60 habitaciones:

54 dobles (2 adaptadas para minusválidos) y 6 individuales, con comunicación interior con las instalaciones termales.



### ★★ BALNEARIO DE CARBALLO

Rúa Estrela, 10  
15100 Carballo  
A CORUÑA

43.214085 (N)  
- 8.691587 (O)

Tel: (+34) 981 703 354  
Fax: 981 703 451

info@balneariodecarballo.com  
www.balneariodecarballo.com

HOTELBalneariodeCarballo

Bal\_carballo

# Diputación de Lugo



# Diputación de Lugo

Con más de trescientas fuentes de aguas mineromedicinales, Galicia es la Comunidad Autónoma española con mayor oferta orientada al turismo de salud.

En el ranking de provincias, **Lugo** ocupa un lugar privilegiado no sólo por su amplio patrimonio termal, sino también por una larga trayectoria histórica que hace que los usos sociales vinculados al agua estén plenamente enraizados en la idiosincrasia lucense.

Los orígenes del termalismo en Lugo se remontan a la romanización y fue precisamente en la antigua ciudad de *Lucus Augusti* donde entre los siglos I y II de nuestra era se construyeron junto al río Miño las termas, antiguos baños públicos de los cuales hoy se conserva el *apodyterium* o vestuario y una zona abovedada.

Son estos restos los que dan al balneario de la capital lucense el privilegio de ser el único en Galicia que conserva dentro del edificio los vestigios arqueológicos originales, lo que constituye un excepcional vínculo entre el pasado y el presente.

El período comprendido entre finales del siglo XIX y la Guerra Civil Española de 1936 se considerará una etapa de despegue del termalismo en todo su esplendor, jugando un papel protagonista el **balneario de Guitiriz**, por aquel entonces ya conocido como el *Karlsbad* gallego. En este municipio lucense, el agua de las fuentes termales de San Juan, Pardiñas y Valdovín constituye uno de sus más preciados recursos que, junto a la denominada ruta del agua, tejen su inconfundible identidad.



La oferta termal de la provincia se complementa con el balneario Río Pambre, situado en **Palas de Rei** y a escasa distancia del Camino Francés, convirtiéndose en un auténtico remanso para el peregrino.



Por otro lado, en el corazón de la Ribeira Sacra lucense, las modernas instalaciones del balneario y campo de golf de Augas Santas en **Pantón**, ponen el broche de oro a la oferta cultural y enoturística del destino al tiempo que han permitido revivir los usos y costumbres tradicionales vinculados a un manantial que probablemente estuvo relacionado en origen con algún culto primitivo y que posteriormente fue cristianizado con la construcción de una capilla pagada por los propios usuarios de las aguas.



Pero la tradición termal lucense no se limita en exclusiva a la actividad de los grandes balnearios. En las zonas rurales de la provincia se encuentran fuentes mineromedicinales que antaño gozaron de reconocida fama por sus propiedades terapéuticas atrayendo en el pasado a numerosos visitantes por ser recetadas por los facultativos como remedio para el alivio de numerosas dolencias.

Estas fuentes termales forman hoy parte del imaginario popular como escenario de leyendas y costumbres que permanecen en la memoria colectiva. Es el caso, entre otras, de la fuente de aguas ferruginosas de O Incio, las fuentes de A Rogueira en O Courel, los antiguos balnearios de Céltigos en Sarria, Mouriscados en Chantada y de Frádegas en Antas de Ulla o la conocida *Charca do Alligal* de Codesido de Vilalba.



## PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

### A MARIÑA LUCENSE

- Cascos históricos de Ribadeo, Mondoñedo y Viveiro
- Monumentos naturales de O Souto da Retorta y la Playa de las Catedrales
- Basílica de San Martiño de Foz y castro de Fazouro
- Cerámica de Sargadelos
- Playas

### RIBERA SACRA

- Cañones del Sil y del Miño. Rutas fluviales en catamarán y miradores
- Románico rural
- Ruta del vino
- Alfarería de Gundivós
- Cascos históricos de Monforte de Lemos, Chantada y Portomarín

### LUGO - TERRA CHÁ

- Ciudad de Lugo. Muralla romana Patrimonio de la Humanidad
- Complejo Húmedo de A Terra Chá
- Iglesia de Santa María de Meira y Pedregal de Irimia (nacimiento del Miño)
- Castro de Viladonga
- Castillo de Pambre e iglesia de Vilar de Donas en Palas de Rei
- Cascos históricos de Sarria y Vilalba

### ANCARES - COUREL

- Aldeas de O Cebreiro, O Piornedo, Seceda y Froxán (arquitectura popular)
- Iglesia de San Pedro Fiz, embalse de Vilasouto y Ruta do Ferro en O Incio
- Devesa da Rogueira, Picos Tres Bispos, Mustallar y bosque de Os Grobos
- Localidades de Navia de Suarna y A Fonsagrada
- Embalse de Salime en Negueira de Muñiz

### CAMINOS DE SANTIAGO

- Camino del Norte (Patrimonio de la Humanidad)
- Camino Primitivo (Patrimonio de la Humanidad)
- Camino Francés (Patrimonio de la Humanidad)
- Camino de Invierno



## ALOJAMENTOS



# Guitiriz

El Ayuntamiento de **Guitiriz** pertenece a la Comarca de A Terra Chá, en la provincia de Lugo. Es uno de los municipios más extensos de la comarca con 290 km<sup>2</sup>. Posee unos 5.500 habitantes repartidos en 18 parroquias.

Cuenta con un gran patrimonio histórico-cultural así como una gran riqueza natural. El agua tiene un papel fundamental en Guitiriz, ya que posee **tres fuentes minero-medicinales**:

- La fuente de San Xoan de Lagostelle o Fuente de los Santos
- La fuente del Balneario de Pardiñas o de Sto. Domingo
- La fuente de Valdovín (Parga)

Todas ellas brotan frías, a unos 15°C y están indicadas para tratar diversas afecciones relacionadas con trastornos digestivos, de apetito y de piel, dolores de riñones y de hígado. Además de estas fuentes, son muchos los riachuelos que atraviesan nuestro ayuntamiento, configurando un paisaje especial, con muchos saltos de agua.



Por su gran riqueza natural, Guitiriz forma parte de la **Reserva de la Biosfera Terras do Miño** y cuenta con la ZEC Parga Ladra Támoga.

Junto con la riqueza natural cabe destacar la riqueza patrimonial, donde destacan yacimientos de la época epipaleolítica como puede ser el Yacimiento de Pena Xiboi, situado en las canteras de Parga; o los petroglifos como el Petroglifo de la Calzada en O Buriz; y también las mámoas y dólmenes como el del Castro de Belote.



También cabe destacar la arquitectura religiosa, como por ejemplo la Capilla de San Alberto en Sambreixo, la Iglesia de San Xoán de Lagostelle o la Iglesia de San Vicente en As Negradas.

Junto con las muestras de arquitectura religiosa también destaca la arquitectura civil como los pazos de San Antonio o el Pazo de Camarasa.





## BALNEARIO DE PARDIÑAS

FUENTE DE  
SANTO DOMINGO

Uso público por derechos  
históricos adquiridos

Está situado a 2,5 km del núcleo Municipal, en el lugar de Pardiñas, en la parroquia de San Xoán de Lagostelle. Su inauguración data del año 1955 aunque sus aguas ya se aprovechaban con anterioridad, de hecho durante la posguerra ya se acercaba mucha gente a beber las aguas de la "Fuente de Sto. Domingo" que por aquel entonces brotaba con un escaso caudal entre las piedras. Sus aguas también fueron declaradas de utilidad pública. La Fuente (con una figura de un pez encima de la misma) está situada en un pequeño edificio de planta rectangular, con un tejado a cuatro aguas rodeado de árboles de diversas especies.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfuro fluorada.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Están indicadas para afecciones hepáticas, dolencias biliares y del aparato digestivo.



### TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Tratamiento por cura hidropínica (ingesta de agua).



### TARIFAS

Acceso gratuito



## BALNEARIO DE PARDIÑAS

FUENTE DE  
SANTO DOMINGO



Lugar Pardiñas  
27309 GUTIRIZ  
LUGO



43.190213 (N)  
-7.923168 (O)



Tel: (+34) 982 370 451

## FUENTE DE SAN XOÁN DE LAGOSTELLE

Uso público por derechos históricos adquiridos

La fuente de **San Xoán de Lagostelle** o Fuente de los Santos está situada frente al Hotel Balneario (actualmente cerrado). Data de principios del S. XVIII, si bien no empezó a ser reconocida hasta finales de este mismo siglo cuando el profesor José Lazcano del Hospital de Santiago comenzó a recomendar las aguas, lo que propició que se acercase hasta Guitriz gente de toda Galicia, Asturias y otras zonas de España.

Sus aguas fueron declaradas de utilidad pública en 1902. Dos años después se construye el Pabellón que la cubre. Guitriz posee una gran tradición balnearia, ya que cuenta con varias fuentes minero medicinales. Además de la mencionada, cabe destacar la del Balneario de Pardiñas y la Fuente de Valdovín.



Son muchos los turistas que se acercan a Guitriz a tomar las aguas. Así, si por algo es conocido el municipio es por las aguas minero medicinales y por la Torta de Matz.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Todos los días  
24h



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Oligometálica acratópega (con composición predominante en bicarbonato sódico) y sulfurada.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Está indicada para tratamientos hepáticos, del hígado, para reducir los niveles de colesterol y triglicéridos, para regular el sistema neurovegetativo (ansiedad) y para la piel (sobre todo para combatir la dermatitis y soriasis).



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Tratamiento por cura hidropínica, es decir, por ingesta de agua.



## TARIFAS

Acceso gratuito



### FUENTE DE SAN XOÁN DE LAGOSTELLE



Avda. do Balneario s/n  
27300 GUTRIZ  
LUGO



43.175132 (N)  
-7.881723 (O)

## FUENTE DE VALDOVÍN

Uso público por derechos históricos adquiridos

Está situada en la Villa de **Parga**, en el margen izquierdo del río Parga. Este manantial tenía una piedra realizada por un cantero para poder recoger agua. En el año 1950 se construye la fuente actual, y desde hace unos años se acondicionó como área recreativa, con mesas de piedra y bancos. Es ideal para pasar un día en compañía de familia y amigos, disfrutando de una comida al aire libre.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfurada fluorada.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Está indicada para dolencias del hígado, biliares, afecciones de la piel, del riñón, de trastornos digestivos y de apetito.



### TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Tratamiento por cura hidropínica (ingesta de agua).



### TARIFAS

Acceso gratuito



### FUENTE DE VALDOVÍN

Lugar de Parga  
GUTIRIZ  
LUGO

43.189990 (N)  
-7.923198 (O)

# Palas de Rei

Este municipio está integrado en la comarca de A Ulloa. Cuenta con una superficie e 199,7 km<sup>2</sup> divididos en 43 parroquias, contando con casi 3500 habitantes.

Los primeros vestigios de la historia del municipio los encontramos en los numerosos restos de **cultura castreña**, restos arqueológicos que apuntan a los primitivos asentamientos. Mámoas, dólmenes y castros se reparten por todo el territorio. Destaca especialmente el Castro de Aurela en la parroquia de San Xurxo de Augas Santas, por su tamaño y ubicación. Aunque no está excavado se pueden apreciar sus murallas y algunas estructuras de las viviendas y otras edificaciones.

Andado en el tiempo, ya en época romana, encontramos restos importantes de romanización, como es la vía XIX, que unía las capitales Lucus Augusti con Brácaro Augusta, pasando por Iria Flavia. Hoy en día este trazado coincide con el Camino Primitivo a Santiago, que a su paso por Ferreira dejó un puente de origen romano que aún hoy se puede transitar.

La Edad Media viene asociada en Palas del Rei al fenómeno jacobeo. Por el municipio pasan **dos caminos a Santiago, el Francés y el Primitivo**. Lo que supuso la influencia de la arquitectura románica en muchas de las iglesias de las parroquias palenses, entre las que destaca sin duda la iglesia de San Salvador de Vilar de Donas, que nació integrada en un monasterio perteneciente a la orden de Santiago, con la misión de proteger a los peregrinos en su recorrido. Ha sido declarada Monumento Histórico Artístico Nacional en 1931 tanto por su arquitectura como por la importante representación de pinturas italo-góticas que se conservan en su interior.



Otro de los principales monumentos de época medieval en Palas de Rei es sin duda el **Castillo de Pambre**, uno de los pocos que sobrevivieron en Galicia a la revueltas Irmandiñas de 1461. Representa un icono de la arquitectura medieval militar gallega, que hoy en día se puede visitar después de haberlo sometido a una rehabilitación. Está protegido con la figura de BIC.



En cuanto al medio natural, es de destacar la belleza de las Torrentes de Mácara, que discurren por un pequeño cañón entre granito con muchos rápidos y pequeñas cascadas de entre tres y cuatro metros las de más altura que junto con la diversidad de la fauna y la flora, aportan una particular belleza al lugar.

También en Palas de Rei se localiza la ZEC Serra do Careón, espacio protegido porque es el único lugar de la comunidad autónoma donde crece la planta *Santolina Melidensis*, una especie única que merece ser preservada.

# HOTEL BALNEARIO OCA RÍO PAMBRE

Hotel Balneario Oca  
Río Pambre S.L

El Hotel Balneario Oca Río Pambre es un pequeño y acogedor balneario situado en plena comarca de A Ulloa. Se encuentra en las inmediaciones del Castillo de Pambre, rodeado de bosques autóctonos, con árboles centenarios, bañado por ríos de aguas limpias llenas de vida, ha sido construido con criterios bioclimáticos y materiales característicos de la arquitectura gallega: piedra, madera y pizarra.

Dispone de 23 habitaciones, 11 en el edificio principal y 12 en pallozas de piedra con techo de paja típico de la zona.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfurada, fluorada, bicarbonatada sódica.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Aparato locomotor
- Aparato respiratorio
- Enfermedades de piel
- Reumatológicas
- Estrés
- Descanso



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Antiestrés: distintos tipos de masajes, piedras calientes...
- Inmersión: hidromasaje, piscina activa, cuellos de cisne, camas de agua, cascadas
- Inhalaciones

Época termal  
Todo el año  
Cerrado 3 semanas  
en enero

  
Horario

Todos los días:  
09:30h - 13:30h · 16:30h - 20:30h

- Ducha: duchas peeling
- Tratamientos faciales
- Tratamientos con envolturas: limos y algas
- Baño a vapor y sauna seca



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

Nos encontramos a tan solo 2,8 km del **Camino de Santiago** a su paso por el centro geográfico de Galicia, en el municipio de Palas de Rei (Lugo). En pleno corazón de la **comarca de A Ulloa**, famosa por sus pazos y por el primer hospital de peregrinos de la ruta compostelana, se encuentra nuestro balneario, enmarcado en un entorno natural de excepción.

Mirando al este, nos encontramos con el **Castillo de Pambre**, monumento medieval que llena de leyendas la comarca, junto con los restos de un castro y el antiguo **Camino Real** que comunicaba Ourense con Santiago. El Río Pambre une sus aguas con el Ulla justo cuando terminan los pintorescos **Torrentes del Ulla**. Águilas, corzos, jabalís, truchas o incluso nutrias conforman nuestro vecindario e incluso en algunas ocasiones, el **lobo** nos honra con su visita.



★★★

## OCA RÍO PAMBRE



Lugar Vilarino (Sambreixo)  
27203 Palas de Rei  
LUGO



42.860781 (N)  
-7.935165 (O)



Tel: (+34) 982 153 232  
(+34) 982 374 135



info@  
balnearioriopambre.com

www.balnearioriopambre.com

Hotel Balneario Río Pambre



# Pantón

Las tierras de **Pantón** enmarcadas y abrazadas por las aguas de tres ríos: Miño, Cabe y Sil tienen un paisaje que varía entre llanuras abiertas y zonas de ribera abrupta.

Esta orografía favoreció el asentamiento de órdenes religiosas en la Edad Media conservándose restos de monasterios que hacen de Pantón el centro del Románico de la **Ribeira Sacra**. Las iglesias de *San Fiz de Cangas*, *Santo Estevo de Atán*, *San Miguel de Eiré*, *San Vicente de Pombeiro* y el monasterio cisterciense de *Ferreira* son parte de una herencia arquitectónica religiosa de los últimos 1.500 años.

El paisaje nos invita a realizar diversas **rutas de senderismo** que nos llevan a puntos de especial belleza: los miradores de la Cruz y Pena Pombeira en el río Sil; la magia y tranquilidad de la *Fervenza de Augacaída* y *castro de Marce*. Podemos optar por la *Ruta de la Ribeira Sacra do Miño* que recorre las orillas de esta cuenca fluvial por los ayuntamientos de Pantón y O Saviñao, o paseos entre la vegetación casi virgen del *camíño de A Curuxeira*.



Los que pernoctan en esta tierra tienen una importante oferta en casas de turismo rural, pensiones o un magnífico hotel balneario además de establecimientos de restauración para degustar nuestros productos autóctonos, elaborados con cariño y buen hacer.



Nuestras tres ribeiras producen unos caldos que forman parte de las mejores cartas de vinos del país. Mencia, godello o albariño se produce en los lagares despues de un trabajo heroico en las laderas escarpadas que se reflejan en los tres ríos.

Carnaval, muestra de vinos de la Ribeira Sacra, jornadas del Románico de Pantón y fiestas patronales, cuatro eventos que conforman la vida social de este ayuntamiento y que son punto de reunión de vecinos y visitantes. Destacar las romerías tradicionales que se pierden en la tiempo y que se celebran en San Fiz de Cangas (Santo Cristo), Regueiro, Pombeiro (Virxe das Neves) y en Pantón (Virxe de Augasantas).

Los días 1 y 15 de cada mes, aquellos que nos visiten, pueden degustar un delicioso pulpo regado con vinos de la zona en las ferias tradicionales del núcleo urbano de O Castro de Ferreira.



# IBERIK AUGAS SANTAS

## BALNEARIO & GOLF

Hotel Balneario Augas  
Santas S.L.

### IBERIK Aguas Santas Balneario &

### Golf fue inaugurado el 19 de Ju-

lio de 2006. Está construido en las proximidades del antiguo balneario que fue fundado a mediados del siglo XIX y poco tiempo después ya gozaba de un amplio prestigio que se extendía más allá de las fronteras de Galicia. Durante mucho tiempo, las virtudes curativas de sus aguas sulfu-

radas atrajeron a visitantes llegados de distintos puntos de España, Portugal e incluso Francia. El lugar, aunque más bien modesto, figuró por méritos propios entre los más célebres balnearios gallegos.



La decadencia que experimentaron aquellos antiguos establecimientos en el siglo XX no perdonó al de Pantón, que dejó de funcionar a mediados de los años cincuenta. Las construcciones abandonadas fueron además destruidas por un incendio a finales de los setenta. El antiguo estanque del balneario, no obstante, siguió siendo muy visitado por los vecinos de la zona, entre quienes las aguas que allí brotan siempre fueron muy apreciadas.

Época termal  
Todo el año  
excepto 2º y 3º  
semana de enero  
(consultar)

  
Horario

Adultos  
10:00h - 14:00h · 16:00h - 21:00h

Infantil (2 a 12 años)  
11:00h - 14:00h · 16:00h - 18:00h

Las ruinas del viejo balneario se conservan junto a las modernas instalaciones como testimonio de una tradición que hoy se pretende recuperar y potenciar utilizando recursos propios del siglo XXI.

El Balneario con un espacio de más de 2000 m<sup>2</sup>, se concibe arquitectónicamente como un cubo de cristal que permite al usuario un contacto directo con la Naturaleza que lo rodea, ya que se integra en un paisaje verde de bosque autóctono.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Bicarbonatada, sulfurada y sódica.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- **Aguas bicarbonatadas:** estimulan la secreción encimática pancreática, aumentan el poder saponificante de la bilis y alcalinizan la orina y el PH gástrico.
- **Aguas sulfuradas:** están indicadas en procesos reumatológicos, dermatológicos y respiratorios.
- **Aguas sódicas:** están indicadas en procesos gástricos que cursan con hiperacidez.



### TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- 1 piscina interior activa con chorros de hidromasaje, camas de oxígeno, cuellos de cisne, jacuzzi, etc.
- 1 piscina exterior con zona de solarium, cascada y cuello de cisne
- 1 piscina de mayor temperatura con asientos de burbujas e hidromasaje
- 1 poza de agua fría para hacer el contraste térmico
- Saunas secas y húmedas
- Cabinas con bañeras de hidromasaje, aplicaciones a presión (chorros, ducha circular, ducha de contraste y pediluvios), inhalaciones, masaje bajo ducha y cabinas para aplicación de envolturas corporales.

Completan la variada oferta de tratamientos disponibles otros tratamientos corporales y faciales:

### BELLEZA

- Peeling corporal
- Hidratación corporal
- Algas: envolvimiento
- Limos: peloides
- Tratamiento especial uva
- Hidratación facial
- Masaje facial
- Tratamientos faciales
- Higiene facial
- Facial express

### MASAJES

- Masaje 10
- Masaje parcial
- Masaje completo
- Masaje bajo agua
- Masaje Celta

### SALUD

- Masaje terapéutico
- Consulta médica: Un médico estudiará su caso y mediante un trato personalizado realizará un seguimiento de su terapia en nuestras instalaciones.

### € TARIFAS



### i OTRA INFORMACIÓN

Como sello de identidad las envolturas son producidas de forma exclusiva con productos locales, vino, castaña, algas y manzana.



★★★★

IBERIK AUGAS  
SANTAS

BALNEARIO & GOLF



Lugar Os Baños s/n  
27438 Pantón  
LUGO



43.513881 (N)  
- 7.604575 (O)



Tel: (+34) 982 292 800



reservas.augassantas  
@iberikhoteles.com

www.iberikhoteles.com

f Iberik Hoteles

t Iberikhoteles

g iberik.hoteles



# Diputación de Ourense



# Diputación de Ourense

La historia y la cultura de la provincia de **Ourense** están vinculadas al agua, a su recorrido por la superficie y por el subsuelo y, por supuesto, a su multitud de usos y aplicaciones descubiertas a lo largo de los siglos, definiendo así el modelo productivo y de asentamiento de la población en el territorio. De tal manera, el agua nos permite hacer un recorrido por la historia, el patrimonio, la naturaleza, la gastronomía y la cultura ourensana.



En multitud de ocasiones, se habla de los **antecedentes romanos del termalismo actual**, cayendo en la mayor parte de los casos en banalidades que no reflejan la excepcionalidad que implica poder volver, por lo menos, 2000 años atrás, en una práctica que sigue viva, con una profunda tradición asociada al fenómeno de "ir ás augas" y una experiencia que se mantiene latente en la actualidad.

Aunque es lógico pensar que todos los manantiales de aguas minerales fueron conocidos desde siempre por los habitantes más próximos al lugar de surgencia, fundamentalmente en el caso de aquellas aguas que presentaban unas fuertes características sensoriales tanto por su gradiente térmico, por su sabor, por su olor o por su color, no será hasta la progresiva difusión de la cultura romana cuando, por todos los territorios que formaron parte de su Imperio, se construyeron las infraestructuras asociadas a una primera arquitectura termal de la todavía somos deudores.

Sin duda, los **manantiales** de la capital, como el de As Burgas, situado en el corazón de la ciudad de Ourense, lugar emblemático de esta urbe, condicionó la localización y el desarrollo de la capital ourensana, donde se encuentran la mayor parte de los vestigios romanos termales.



Afortunadamente, en la provincia de Ourense también se cuenta con otros ejemplos significativos de esa ocupación milenaria de los manantiales termales. También, el enclave de Portoquintela - Os Baños, en la parroquia de S. Xoan de Baños (Ayuntamiento de Bande) es otro de los **yacimientos** de gran interés para reconocer el valor de estas aguas en el mundo antiguo, en este lugar identificado con el topónimo latino *Aquae Querquennae* presente en las fuentes clásicas (fundamentalmente en descripciones viarias), se localiza el campamento militar construido y habitado por un destacamento de la legio X Gemina a finales del siglo I d.C. Por su localización en las inmediaciones de los manantiales de aguas termales, así como por razones estratégicas, se manifiesta el interés subyacente por aprovechar este recurso que le dio su nombre. Vinculado a estas aguas, que recientemente han sido objeto de acondicionamiento por parte del Ayuntamiento de Bande y que merece la pena visitar, existiría un edificio de baños romano.

La abundancia de materiales arqueológicos en el lugar y la proximidad al campamento, la *mansio* y/o estación viaria de la vía XVIII del Itinerario Antonino que uniría Bracara Augusta (Braga) con Lucus Augusti por el ámbito interior de la Gallaecia, así como la inmediata población que daba servicio al campamento, la *mansio* y los visitantes de las aguas mineromedicinales, no dejan lugar a duda sobre su relevante función en la antigüedad.



A pesar de que este conjunto se encuentra mayoritariamente sumergido (de forma estacional) por las aguas del pantano de As Conchas construido en 1949, que anegó este yacimiento y otros de la zona (caso del puente de origen romano de Pontepedriña). En el periodo estival, continúan las excavaciones arqueológicas para descubrir este yacimiento y existe un centro de interpretación en las proximidades (dependiente de la Fundación *Aquae Querquennae* Vía Nova), desde donde pueden realizarse visitas a las históricas Termas de Bande y a otros yacimientos clave de la zona, como es la iglesia prerrománica de Sta. Comba de Bande, los monumentos megalíticos del Ayuntamiento de Muíños o los abundantes castros y explotaciones mineras de época romana presentes en un entorno abrazado por el Xurés.

A pocos kilómetros más al sur se localiza otro enclave romano de especial singularidad en el mismo trazado viario que el anterior (Vía nova o Vía XVIII del Itinerario Antonino), citado como Aquae Oreginae/Originæ/Ogeresibus, e identificado en la parroquia de Santa María de Riocaldo, Ayuntamiento de Lobios, a orillas del río Caldo, donde hoy se encuentran las pozas y el Bañeario de Lobios. El paso de la vía romana por este espacio registra la mayor concentración de miliarios de la Península Ibérica, la presencia de un asentamiento romano y abundante material romano que permite afirmar la ocupación y aprovechamiento de estos manantiales en época romana.



Junto a los ejemplos mencionados como enclaves termales de mayor entidad arqueológica vinculada al termalismo dentro de la **provincia de Ourense**, existen otros muchos enclaves potencialmente interesantes en el plano del patrimonio termal y turístico como los que se presentan en esta guía. La provincia de Ourense cuenta con más de 490 puntos de surgencia termal, de ahí que se conocida en Europa como **la provincia termal**.



## PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

### RIBERA SACRA

- Ruta de los monasterios: Montederramo, Santo Estevo, Santa Cristina o San Pedro de Rocas.
- Románico rural.
- Cañones del Sil y del Miño: viticultura heroica, rutas en catamarán.
- Rutas de senderismo y miradores (balcones de Madrid).
- Arquitectura civil marcada por los pazos y castillos y arquitectura popular en la que destacan las capillas, cruceros, petos, hornos, molinos, hórreos...
- Abedular de Montederramo.
- Alfarería tradicional.

### MACIZO CENTRAL OURENSANO

- Monumentos naturales : Manzaneda y Trevinca, lagos glaciares de A Serpe y Ocelo.
- Turismo deportivo y de montaña (Manzaneda).
- Observatorio de fauna y flora: Parque Natural de la Sierra de A Enciña da Lastra, Sierras de Queixa y O Invernadoiro o la garganta del río Bibei, el bosque de Teixadal de Casaio.

- Gastronomía de montaña: botelos y chorizos, la castaña y la miel, las bicas, el vino de Valdeorras.
- Camino de Invierno.
- A Veiga destino *Starlight*.

### TIERRAS DE OURENSE Y ALLARIZ

- Ciudad de Ourense, segunda capital termal europea.
- El pueblo de Allariz, Conjunto Artístico Nacional y referente europeo en la rehabilitación y conservación del Patrimonio.
- Jardines de Allariz, Ecoespacio de O Rexo y Reserva de la Biosfera.
- Conjuntos históricos de Xunqueira de Ambía y Baños de Molgas.
- Santuario de Os Milagres.
- Camino de Santiago del Sureste - Vía de la Plata.

### LIMIA, BAIXA LIMIA Y CELANOVA

- Vía romana XVIII o Vía Nova: miliarios de Portela de Home y campamento Aquis-Querquernis.
- Monasterio de San Salvador, joya barroca.
- Arte visigodo en Santa Comba (Bande).
- Las torres de A Limia: Sandiás, A Pena y A Forxa.
- Restos megalíticos de Muíños.
- Parque Natural Baixa Limia- Xurés: naturaleza y deporte.
- Reserva de la Biosfera de Allariz: Rairiz de Veiga, A Bola, Vilar de Santos.

### O RIBEIRO- CARBALLIÑO

- El pueblo de Ribadavia: casco histórico y Barrio Judío.
- Enoturismo en O Ribeiro.
- Rutas del románico, gótico y barroco que marcaron el Camino de Santiago, Camino Miño.
- Monasterios de San Clodio, Oseira y Santa María.
- Templo de Veracruz en O Carballiño.
- La cultura castreña: Parque Arqueológico de San Cibrao de Las.
- Pena Veidosa y Pena Corneira.
- Área recreativa de Cenlle (rutas de senderismo, estacionamiento de autocaravanas).

### MONTERREI- VERÍN

- Castillo de Monterrei.
- Camino de Santiago del Sureste - Vía de la Plata.
- Enoturismo y viticultura.
- Río Tamega y su recorrido hacia Portugal.
- Macizo central y Parque de O Invernadoiro.



## ALOJAMIENTOS



# Arnoia

Iniciamos la ruta por la comarca de O Ribeiro, en **A Arnoia**, municipio de pequeñas dimensiones – 20 kilómetros cuadrados y que cuenta con una única parroquia, San Salvador. Encajado entre los dos márgenes del río Arnoia, del que toma su nombre, su límite occidental lo forma el Miño, en su zona de remansos de Frieira, circunstancia que le confiere una belleza paisajística especial, aumentada por la desembocadura del Arnoia, de exuberante vegetación.

En su configuración orográfica se observan dos zonas ben diferenciadas: la correspondiente a la citada desembocadura, muy fértil y con cultivos tradicionales como el vino y productos hortofrutícolas. La segunda zona, las estribaciones del coto de Novelle, de carácter forestal. Su capitalidad se sitúa en Outeiro da Cruz, no existiendo una entidad de población con el nombre de Arnoia.



Comenzamos por el origen de la palabra "Arnoia" de la que hay diversos pareceres. Para Murguía, en *Historia de Galicia*, su origen viene del sánscrito de *arna* (río), pero según Santiago Gómez tiene otro origen y así lo dice el Padre Samuel Eiján, el cual busca este origen en el dialecto guipuzcoano y vizcaíno, que llama ardo o ardao al vino.

En todo caso, la ocupación del territorio se remonta por lo menos a la época castreña, de la cual se tiene constancia en toda la zona, al igual que del paso de los romanos, a través de numerosos restos arqueológicos.

Ya en la Edad Media y al amparo de los monasterios, existen varios escritos referentes a las tierras de Arnoia. La Inquisición también estuvo presente en Arnoia, así como los franceses o las partidas carlistas, que se pasearon por estas tierras. Todo ello documentado gracias, entre otros, a los escritos del Padre Samuel Eiján.

Finalmente destacar la **Fiesta del pimiento de Arnoia**, de Interés Turístico Nacional, que se celebra en los primeros días de agosto y ensalza este producto que coge el sabor de las aguas del Arnoia.



# HOTEL BALNEARIO DE ARNOIA

CALDARIA



Complejo termal construido en 1995 por la Fundación San Rosendo - Caldaria Termal. Hasta ese momento, aunque las aguas eran muy conocidas y utilizadas por los vecinos del lugar, los manantiales no contaban con infraestructuras para su uso en forma de baño y posteriormente, fueron sumergidos por el embalse de Frieira.

Tras su construcción el complejo ha sido ampliado y mejorado en numerosas ocasiones, siendo la última reforma en 2015, consiguiendo la valoración de Hotel Balneario de 4 estrellas. Este establecimiento es un referente del termalismo en Galicia desde su construcción. También cuenta con distintivo Q de calidad y está integrado en la Red de Balnearios de España y de Galicia, y forma parte de los programas de termalismo social del Imsero, Xunta de Galicia y Diputación de Ourense.

El Hotel Balneario cuenta con 180 plazas y en sus instalaciones destacan: restaurante, zonas deportivas e infantiles, embarcadero, amplios espacios de jardines y posibilidad de organización de eventos.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas hipotermales de mineralización débil.  
Sulfuradas, bicarbonatadas, fluoradas.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Hepato-digestivas, pediatría, dermatología, neurología, reumatología, vida cotidiana.

Reumatismos, afecciones dermatológicas, respiratorias, estrés, tratamientos de belleza, procesos postquirúrgicos y postraumáticos.

Época termal  
Todo  
el año



Horario

Club termal de 09.00h a 21.00h

Tratamientos

INVERNO

Domingo a jueves: 09:00h - 14:00h - 16:00h - 19:00h

Viernes y sábado: 09:00h - 14:00h - 16:00h - 21:00h

Cerrado la tarde del 24 diciembre

VERANO de 09.00h a 14.00h e de 16.00h a 21.00h



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Las técnicas termales incluidas en el Programa de termalismo, serán seleccionadas bajo criterio médico para cada uno de los participantes. Entre las técnicas destacan: baños, baños de burbujas, baños de hidromasaje, chorros a presión termal, ducha circular, ducha escocesa, ducha filiforme, ducha Vichy. Adicionalmente: tratamientos de salud y estética, fisioterapia/ rehabilitación, masaje/masoterapia, piscina termal.

Este Hotel Balneario ofrece al visitante un recorrido por el Termarium, con sus duchas subacuáticas, su sauna y sus fascinantes piscinas interiores y exteriores, todo ello proporcionará una sensación de placer en medio de la naturaleza. En A Arnoia, el agua es protagonista, el propio municipio debe su nombre al río más largo de la provincia, de igual nombre, que después de discurrir por diferentes localidades concluye su recorrido en este municipio. El topónimo "Arnoia" significa Hidronímico (masa de agua que fluye), pero no solo las aguas de sus ríos son las únicas protagonistas, también lo son sus ricas aguas termales y los incomparables parajes naturales de la zona en las modernas instalaciones de su estación termal.



## TARIFAS

Programas Balneario



Tratamientos  
Salud



Tratamientos  
Estética



★★★★

HOTEL  
BALNEARIO  
DE ARNOIA



S. Salvador de Arnoia,  
Lugar de Reza  
OURENSE



42.25858 (N)  
- 8.15404 (O)



Tel: (+34) 988 492 400  
Fax: (+34) 988 492 422



arnoia@caldaria.es

www.caldaria.es

# Baños de Molgas

**Baños de Molgas**, enmarcada en las tierras que forman Allariz, villa declarada Conjunto Histórico Artístico, Reserva de la Biosfera y conocida por sus oulets y mercados, y Maceda famosa por su castillo, en el que se crio Alfonso X El Sabio y su riqueza natural expresada en la Sierra de San Mamede o en el Abedular de Montederramo.



Aunque existen pruebas de actividad humana en Molgas desde la Edad de Bronce, los orígenes de la capital municipal parecen remontarse a la época romana por los hallazgos arqueológicos presentes en la zona: alas de bronce, fragmentos de estatuas y una lápida dedicada a las ninfas de las termas. Sobre el río Arnoia y al lado del balneario, hay un **punto medieval**, que se construyó aprovechando los pilares romanos. El aspecto actual se debe a los trabajos de restauración realizados desde mediados de la década de los ochenta, con la finalidad de evitar su ruina, que se completaron con actuaciones en el entorno. Los historiadores aseguran que en esta zona estuvo ubicada la mansión *Aquae Salientibus* de la vía XVIII del itinerario Antonino, que unía Braga y Astorga. En el medievo, también ejercieron su dominio sobre estas tierras el prior de Xunqueira de Ambía y los señores de Manzaneda da Limia y de Monterrei.

Uno de los principales atractivos y motivo de peregrinación a este municipio se encuentra en el Monte Medo, a pies de la Sierra de San Mamede. El santuario es de estilo barroco-neoclásico y está rodeado de un muro sobre el que se abren cuatro puertas de acceso al recinto. La fachada es un retablo pétreo gigante, como avance en pequeño de la fachada del Obradoiro de la Catedral de Santiago de Compostela, con su balconada y altar, prevista para celebraciones multitudinarias.



En el exterior del recinto se localizan siete capillas formando un viacrucis, equidistantes entre sí, y en la parte trasera, se encuentra A Carballa dos **Milagres**, junto a la Fonte da Virxe, lugar donde se cree que se situaba la primera ermita dedicada a la Santa o la Virgen durante el siglo IX.



Accediendo al recinto desde la puerta trasera, encontramos los restos de la linterna del anterior templo, también barroco, del siglo XVII y hacia la parte delantera, por este mismo lateral del templo, vemos el Cruceiro de A Piedade, con origen en el siglo XVI, reformado y decorado en los siglos XVIII y XIX. Desde el siglo XIX, el Santuario está regentado por la congregación de los Padres Paúles.

En toda Galicia, norte de Portugal y en general en el noroeste peninsular, se celebra y se reconoce la novena de la Virgen desde finales de agosto hasta el 8 de septiembre. Durante estos días el santuario está repleto de fieles y puestos de feria, donde podemos gozar de una auténtica romería popular: festiva y religiosa de gran tradición.

También merece especial mención la Estación de Baños de Molgas, restaurada y puesta en valor a través de un proyecto Europeo en el que se llevaron a cabo las mismas tareas en estaciones de España y Portugal. Actualmente, entre otros usos, alberga el Museo de Moncho Borrajo el cual recoge todo el legado de esta figura nacida en Baños de Molgas, así como a su biblioteca personal con más de 3000 obras.



# HOTEL BALNEARIO DE BAÑOS DE MOLGAS

Hotel Balneario de Molgas

La historia del municipio de **Baños de Molgas** siempre e ha estado vinculada a la existencia de aguas termales conocidas y utilizadas desde la época de los romanos Aquis Sallentibus tanto para calentarse como por su poder curativo (Balneos Mollicas, baños suaves y sedantes) y que hoy pueden seguir disfrutándose en el Hotel Balneario de Baños de Molgas, en funcionamiento desde 1873 y que ha contado con numerosas modificaciones sin perder su encanto tradicional.

Este lugar, en el que abundan los restos arqueológicos, se identifican fundamentalmente **3 manantiales**: A Burga (utilizada en el lavadero a la orilla del Arnoia), A fonte quente (utilizada en el balneario) y la charca, que mana en el lado contrario del río.

El hotel balneario mantiene la estética y la historia del edificio tradicional pero con todos los medios técnicos y médicos necesarios para el adecuado aprovechamiento de sus aguas. Forma parte de la Asociación de Balnearios de Galicia y participa en el termalismo social del Imsero, Xunta de Galicia y Diputación de Ourense. También cuenta con oferta asistencial de medicina general.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas radiactivas, bicarbonatadas, sódicas, silicatadas y oligometálicas.



Temperatura  
y PH  
49°C

Época termal  
del 7 de febrero al  
14 de diciembre



Horario

De 07:30 a 12:00h  
y de 17:30 a 20:00 h



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Cardiología
- Tratamiento de reuma
- Traumatología y deporte
- Artritis
- Asma, bronquitis crónica, sinusitis y faringitis
- Litiasis
- Hiperuricemias
- Trastornos del sistema nervioso
- Enfermedades de la piel
- Estrés



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Baños totales y parciales, aeromasaaje, chorros electroterapia, ingesta de agua- cura en bebida, maniluvios/pediluvios, duchas, inhalaciones/pulverizaciones, ducha nasal, masaje, piscina termal.

PROGRAMAS:

- Baños
- Hidromasaaje
- Piscina
- Chorros a presión y subacuáticos
- Ducha circular
- Parafangos
- Inhalaciones, nebulizaciones, aerosoles y ducha nasal
- Agua en bebida



## TARIFAS



★  
**HOTEL  
BALNEARIO DE  
BAÑOS DE  
MOLGAS**

★  
Doutor Samuel González  
Movilla, 26  
32701 Baños de Molgas  
OURENSE

42.1438 (N)  
- 7.40119 (O)

Tel: (+34) 988 430 246  
Fax: (+34) 988 430 405

@  
balneariomolgas@hotmail.com  
www.balneariodemolgas.com

# Castrelo de Miño

En el corazón de O Ribeiro, al margen izquierdo del Miño y rodeado de relieves montañosos, se encuentra **Castrelo de Miño**. En sus tierras resguardadas de la influencia oceánica y regadas por una extensa red fluvial, predomina el cultivo da vid, característica de la comarca. La historia de Castrelo de Miño, conocido en la Edad Media como *Castrum Minei* está vinculada a los pazos, a las casas grandes y a un monasterio dúplice que perteneció sucesivamente al Obispo de Ourense.

Entre el patrimonio del municipio merece especial mención, la **iglesia de Santa Marta**, sobre un cerro que domina el río, lugar donde se erguía un castillo que fue escenario de hechos que involucraron al arzobispo Diego Xelmírez y a la reina Doña Urraca.



De la iglesia primitiva, de una nave se conserva la ábsida de la segunda mitad del siglo XII; es semicircular, dividida por tres columnas encostadas, con ventanas de arcos semicirculares, apoyados en pequeñas columnas acodilladas en jambas. En su interior presenta un arco triunfal de medio punto sobre semicolumnas encostadas y bóveda de cañón.

La iglesia guarda en el interior un retablo del año 1964 y pinturas murales con escenas del Juicio Final de Cristo ante Oilatos, de la Flagelación y del Camino del Calvario. La nave fue construida en el año 1763 y en el adro se encuentran relieves románicos con escenas de Cristo y de San Pedro y San Paulo. Con puerta barroca y contrafuertes en el muro norte y sur rematados por pináculos con bolas, esta iglesia está situada en la parte alta del núcleo de Santa María y tiene unas formidables vistas al río Miño.

También la Iglesia de Santa María de Astariz, datada del siglo XVIII, tiene una forma compleja por la yuxtaposición de cuerpos (sacristía y ábsida); sin embargo, la planta es sensiblemente rectangular, con presbiterio más elevado. Cuenta con grandes pilastras en los ángulos, con chapiteles arquitrabados con decoración de tablón y cimacio que continúa en las cornisas

En el interior se conservan en muy buen estado unos valiosos retablos realizados en 1748 por el escultor Salvador Carmona y donados por el conde de Troncoso, verdadero mecenas de la comarca. Merecen especial atención el relieve de As Ánimas y la imagen de San Judas Tadeo.

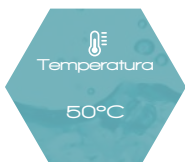


## TERMAS DE DIESTRO

Ayuntamiento de Castrelo  
de Miño

Las **Termas de Diestro** son un conjunto termal formado por un aljibe y un canal de perpiño granítico en el que afloran aguas termales. Condi-  
cionadas a las variaciones del Miño,  
hay 2 piscinas termales y 5 pozas auxi-  
liares, algunas enteras y otras deterioradas.

Recientemente, se han llevado a cabo tareas de acondicionamiento en este espacio, por lo que merece la pena visitar esta área termal de origen romano.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas sulfurosas y ferruginosas.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Dermatología y afecciones dermatológicas.
- Tonificación a través de su ingesta.



### TARIFAS

Acceso gratuito



### TERMAS DE DIESTRO



32430 Castrelo de Miño  
OURENSE



42.29078 (N)  
-8.1161809 (O)



[www.castrelo.org/gl/  
contanos.htm](http://www.castrelo.org/gl/contanos.htm)

# Cenlle

Siguiendo en la comarca de O Ribeiro y a escasos 30 kilómetros de la capital, se localiza el Ayuntamiento de **Cenlle**, enclavado entre el Miño y el Avia, actuando ambos como límites del término municipal, el cual comprende 29,03 kilómetros cuadrados en los que habitan 1.100 personas

De relieve accidentado pero carente de importantes elevaciones, su orografía es muy irregular, predominando pequeños conjuntos de montes, en los que destacan los montes de Piñeiro (477m), A Corredoira (489m) y Nazara (415m). Hacia el Sur, a medida que desciende la altitud, alrededor de los valles del Avia y del Miño, el paisaje está marcado por la red hídrica y los extensos viñedos.



Las primeras referencias escritas sobre Cenlle se remontan a un documento del año 1238, en el que el deán de la catedral de Ourense arrenda a Abril Eáns varias propiedades, entre las que estaba una senara situada cerca de A Torre (In Cauto de Ceeli). Pero como la mayoría de las parroquias gallegas carece de historia gloriosa, de grandes hechos o de batallas.

Cenlle ha sido desde siempre tierra de laboriosos labradores que solo pensaban en aumentar la producción del **vino**, explotados por las clases dominantes de la Catedral de Ourense, de San Clodio o del Conde de Ribadavia que llegó a tener un castillo en San Lourenzo da Pena desde el cual ejercía su poderío. La historia refleja que fueron muchos los que disfrutaron aquí de posesiones, de los que actualmente poco más queda como testimonio que el monasterio, los Pazos, las Casas Grandes y las Casas Rectorales. El nombre de la Tenencia (*campo da festa de Cenlle*) recordará para siempre que allí estaba la casa donde el obispo de Ourense recogía los frutos que anualmente recogía en concepto de fueros y rentas.

Cenlle está situado en la histórica Tierra de Castillos, ya conocida por esta denominación en el siglo IX. Este nombre, fue debido a documentos de 1258 en los que figura con el título de villa, que no se le da a ninguna población de alrededor, excepto a Ribadavia.

Entre los documentos, en los que, por una razón u otra, figura Cenlle, encontramos 7; y son por lo tanto fechas de su historia. Entre ellas destaca una de interés nacional, en la que el rey estampó su firma en un escrito encontrándose de paso hacia Ourense. La importancia de los 6 restantes es exclusivamente socioeconómica, ya que por ellos sabemos sobre los dueños de las tierras, de los que las trabajaban y de la predominancia histórica de las viñas y cepas, por su calidad y consecuente elevado valor económico.





## HOTEL BALNEARIO DE LAIAS

CALDARIA

El manantial de **Laias** en Cenlle, mana en un lugar de gran importancia arqueológica, ya que se han documentado diferentes asentamientos en las proximidades, así como materiales constructivos que permiten sugerir que esta zona fue explotada en tiempos romanos. También se encontraron vestigios de siglos posteriores, pero muchos están destruidos o sumergidos tras la construcción del embalse de Castrelo de Miño.

En 1977 se construyó el Balneario de entidad municipal, compuesto por un edificio de 2 plantas utilizado únicamente para baños, ese edificio se mantiene en la actualidad convertido en albergue tras la construcción del nuevo balneario en 2001 por parte de la Fundación San Rosendo, justo al lado de la capilla de Sta. Eulalia.

La última reforma del Hotel Balneario de Laias tuvo lugar en 2015, dando como resultado un edificio moderno y elegante, con diseño contemporáneo de Chaos y Garaizabal, inspirado en el vuelo de una gaviota y en el que destacan las cristalerías que cierran todo el edificio aportando luz natural a todo el espacio interior.

El hotel cuenta con 98 habitaciones e instalaciones que incorporan los últimos avances en técnicas balnearias que permiten relajarse mientras que se disfruta de un entorno inigualable en el corazón de O Ribeiro. El hotel pertenece a las Asociaciones de Bañerías de Galicia y de España, y participa en los programas de termalismo social del Imsero, Xunta de Galicia y Diputación de Ourense.



Época termal  
Todo  
el año



Horario

Club termal de 09.00h a 21.00h

Tratamientos

INVERNO

Domingo a jueves: 09.00h - 14.00h - 16.00h - 19.00h  
Viernes y sábado: 09.00h - 14.00h - 16.00h - 21.00h  
Cerrado la tarde del 24 diciembre

VERANO de 09.00h a 14.00h e de 16.00h a 21.00h



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Bicarbonatadas-sódicas, alcalinas,  
hipertermales.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Cardiología y deporte
- Pediatría
- Traumatología
- Geriatría
- Reumatología
- Dermatología



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

### DE FORMA GENERAL

- Baño
- Chorros
- Piscina termal
- Ducha
- Masaje
- Sauna

### TÉCNICAS TERMALES

- Baño de Hidromasaje
- Baño de vapor
- Baño o Ducha de Esencias
- Chorros
- Chorros de Hidromasaje
- Chorro Subacuático
- Ducha Circular
- Ducha Escocesa
- Jacuzzi
- Maniluvios
- Pediluvios
- Piscina de Agua Termal
- Piscina de Contrastes
- Sauna Húmeda
- Sauna Seca o Finlandesa
- Sillones Térmicos
- Termas Húmedas y Secas

### TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS

- Aromaterapia
- Chocolaterapia
- Cromoterapia
- Drenaje linfático
- Electromagnetoterapia
- Envolvimiento de algas
- Envolvimientos
- Estética facial y corporal
- Fisioterapia
- Masaje manual
- Parafangos
- Vinoterapia

### SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

- Actividades de ocio / animación
- Aparcamiento / garaje
- Bar / cafetería
- Departamento médico o ATS
- Piscina
- Piscina climatizada
- Restaurante
- Sauna
- Spa
- Jardín-terrazza

### € TARIFAS

Programas Balneario



Tratamientos  
Salud



Tratamientos  
Estética



★★★★

## HOTEL BALNEARIO DE LAIAS

N-120, km 585,80  
32459 Cenlle  
OURENSE

42.19374 (N)  
- 8.01397 (O)

Tel: (+34) 902 492 400  
(+34) 988 280 488

@

reservas@caldaria.es

www.caldaria.es/laias

## TERMAS DE BARBANTES

Ayuntamiento de Cenlle

Próximo al Balneario de Laias, en **Barbantes** junto a la estación de tren, se localiza este conjunto de pozas gratuitas al aire libre. Este área termal formada por un conjunto de pozas con aguas hipotermales, fue acondicionada recientemente y cuenta con un área de recreo con zonas ajardinadas, instalaciones deportivas, un Circuito de Orientación deportiva y un área de caravanas con todos los servicios.

El proyecto de acondicionamiento del área termal y del paseo fluvial de Barbantes, así como las numerosas sendas creadas en los últimos años y que recorren el patrimonio histórico y cultural de esta zona de O Ribeiro, ha sido promovido por el Ayuntamiento de Cenlle y cuenta con financiamiento europeo, de la Xunta de Galicia y de la Diputación de Ourense.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas hipotermales de mineralización débil: bicarbonatadas, alcalinas, sódicas, magnésicas y clorurada.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Artritis
- Reuma
- Problemas dermatológicos

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Todos los días  
24h



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Termas al aire libre:

- 3 pozas/piscinas de agua a 21°C- 28°C
- Entorno arbolado con merenderos y bancos
- Aseos y duchas
- Bar
- Punto de información turística



## TARIFAS

Acceso gratuito.



## TERMAS DE BARBANTES



Barbantes-Estación Cenlle  
32450 Cenlle  
OURENSE



42.33250 (N)  
- 8.01306 (O)



[www.termasourense.com/  
termas-de-cenlle](http://www.termasourense.com/termas-de-cenlle)

# Cortegada

También en la comarca de O Ribeiro, entre los embalses de Castrelo y Frieira, en el límite con la provincia de Pontevedra, se localiza la pequeña **Villa Termal de Cortegada de Baños** (26,88 kilómetros cuadrados), nombre histórico que se refería a sus aguas y balnearios.



El accidentado relieve de Cortegada está marcado por sus propios límites naturales que son los ríos Arnoia, Miño y Deva. El río Arnoia forma, al Norte de Zaparín un interesante cañón de unos 200 metros de desnivel, mientras que las caídas cara el Miño y el Deva son más escalonadas. La red fluvial se complementa con los arroyos de A Ponte, Suapena y Ponte Trado. La riqueza natural de Cortegada hacen de sus tierras suelos fértiles en los que predomina el aprovechamiento forestal.

Territorio habitado desde la época castreña, su muestra más antigua es el ara de Zaparín y se sospecha de la existencia de un ramal de la calzada romana XX entre Braga-Astorga entre los enclaves mineros de Zaparín y Coto Novelle.

Cortegada siempre ha sido destino de viajeros en búsqueda de salud, muestra de ello es el relato de un canónigo de Santiago de Compostela quejándose del estado de los caminos del reino así como sitio de paso en el Camino de Santiago Miñoto que subía desde Portugal y aprovechaban para cruzar por la barca de Filgueira.

En 1816, Cortegada es una de las primeras poblaciones en tener casa de baños reconocida oficialmente por el gobierno de Fernando VII, incluyendo a Cortegada en la categoría de balnearios con director médico, aunque la mayoría de la demanda era de personas de carácter rural. Ya en 1881, la construcción de la línea férrea Ourense-Vigo, abrió Cortegada al disfrute de viajeros de diferentes sitios, pero sin llegar a llamar la atención de inversores, por lo que nunca llegó a tener un Gran Hotel tipo Mondariz o Caldeas (Tui). El turismo de bañistas y enfermos permitió a algunos vecinos construir fondas, arrendar casas que no usaban, admitir visitantes en sus propias casas, e incluso en el verano, época de mayor afluencia, en hórreos.



A pesar del paso de los años, las aguas seguían perteneciendo a los vecinos de Cortegada, que a cuenta de recibir a los bañistas que acudían a mitigar sus dolencias, veían aumentar su nivel de vida tras la desamortización del siglo XIX. Es en esta época cuándo Cortegada obtuvo su máximo esplendor, tiempo del que se conservan varias casas que hicieron su labor como hoteles y la iglesia parroquial de estilo neogótico del arquitecto Daniel Vázquez Gulín.

## BALNEARIO DE CORTEGADA

Fundación del Balneario de  
Cortegada - Tesal

Desde el s.XV se tiene conocimiento de estas aguas, cuando el monasterio de Celanova aforó los baños de Cortegada y un monte, a pesar de eso, no existen restos de infraestructuras ligadas a los baños anteriores al s.XVIII. Las primeras construcciones fueron realizadas por los vecinos y datan de 1818, cuando se acondicionaron los manantiales de Campo de Abaixo y Baño da Pedra o de Arriba, gracias a ello, 3 de sus manantiales principales, así como el de Baño do Monte o el de Castaño, fueron declarados de Utilidad Pública.

En 1841 se completaron las instalaciones con cierres y cubiertas que ocasionalmente cubrían las crecidas del Miño, desde ese año también, ya contaba con director médico. En 1937, para evitar estas consecuencias de las crecidas del Miño, se construyó un edificio más próximo a la orilla del Miño, en el que se conserva la obra del arquitecto vigués José Lago Loureiro. Gracias a este cambio de localización, tras la construcción del embalse de Frietas en 1970, el balneario se mantiene incólume hasta la actualidad.

El edificio histórico reabierto en 1995 se localiza en un espacio natural de gran belleza, donde el edificio parece suspendido sobre las aguas del embalse de Frietas, ideal para la práctica de deportes acuáticos. Forma parte del programa de termalismo social de la Diputación de Ourense y la entidad local está adherida a la Sección de Villas Termales en el proyecto europeo Raia Termal.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas sulfuradas bicarbonatadas- sódicas, oligometálicas y litínicas.

Baños de O Monte: sulfuradas radiactivas, bicarbonatadas.



Temperatura  
y PH  
49°C

Época termal  
Todo el año



Horario

De martes a sábado  
de 11:00 a 22:00h





## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Dermatología
- Hepato-digestivas
- Reumatología
- Baño e inhalaciones

### BAÑOS DE O MONTE:

- Reumatología
- Dermatología
- Afecciones respiratorias
- Afecciones hepatodigestivas



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

De las técnicas termales incluidas en el programa, se escogerán las que serán administradas en función del criterio médico: piscina climatizada, baño turco, sauna finlandesa, fuente de hielo, ducha cromoterápica bitérmica, pediluvio hidrotermal de contraste y sala de relajación con tumbonas térmicas.

El Club Termal consta de tres piscinas termolúdicas: piscina dinámica para relajarse y recuperar cuerpo y mente mediante un circuito de chorros y cascadas para descontracturar y relajarse; río contracorriente tonificante para las piernas; chorros subacuáticos para articulaciones de piernas; y chorro subacuático reductor para abdomen, glúteos y región lumbar. Y para terminar, tonificantes y relajantes géiseres combinados de agua y burbujas y bancada de burbujas; piscina jacuzzi, con asientos de burbujas y chorros de agua para reflexología en pies, chorros a presión y una potente cabina de masaje de burbujas; y piscina de camas de burbujas para obtener una profunda relajación general.

Además dispone de un área de contrastes y vapor con el exótico baño turco y la terna romana, la tradicional sauna finlandesa y la innovadora sala de frío y duchas pulverizadas de aromas y bitérmicas.



Completan la oferta las áreas de relax, camas térmicas y hamacas y una impresionante terraza con vistas a la naturaleza que le da un toque único de distinción y exclusividad.

El Ecobar proporcionará los complementos de bebidas sanas y naturales que desee.

Baños de O monte: Baño, chorros, ingesta, ducha, piscina termal, sauna.



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

Las condiciones geográficas otorgan a Cortegada una ubicación fronteriza y estratégica, de modo que en su historia le tocó jugar muy diversos papeles en el reducto de la resistencia y refugio de cristianos.



## BALNEARIO DE CORTEGADA



Praza Fundación  
Balneario, s/n  
32200 Cortegada  
OURENSE



42.20149 (N)  
8.173034 (O)



Tel: (+34) 988 483 276  
(+34) 671 036 843



balneariodecortegada@  
tesal.com

www.balneariodecortegada.  
com

# Leiro - Berán

A las orillas del Avia y protegido de la influencia oceánica, se localiza el municipio de **Leiro**, formado por 9 parroquias, de las que una de ellas, **Berán**, ostenta el título de Entidad Local Menor y es el lugar donde se ubica el nuevo Balneario de Berán.

La ubicación de Leiro como centro da comarca vitivinícola, hace que su patrimonio, o sus recursos naturales y su cultura estén empapadas de historia. Entre su extenso patrimonio destaca el **Monasterio de San Clodio**, Monumento Artístico Nacional y del cual su origen no está aclarado. Algunas fuentes lo sitúan en el siglo VI y para otros estudiosos fue fundado en 928. En una primera instancia estuvo a disposición de los monjes negros de la orden de San Benito, los que lo convirtieron en un núcleo agrícola próspero. Es aquí donde se introdujo el cultivo de la vid en O Ribeiro.



También mencionar la iglesia de Santa María de Lamas, en las proximidades del lugar que ocupó el castillo donde sufrió prisión Alfonso VII. Iglesia que, tanto por su estructura como por sus motivos ornamentales, es una muestra del románico rural gallego, con nave y ábside.

Leiro y Berán forman un conjunto, pero cada uno de ellos mantiene su propia identidad. Por otra parte, la historia de Berán habla de campesinos y trabajadores, de familias poderosas, de emigrantes que marchaban y volvían a unas tierras fértiles que generaban excelentes frutos y aguas que albergaban truchas de más de 10 quilogramos y de las que manaban aguas sanadoras.

Pasando por el Balneario de Berán, totalmente reformado, merece la pena visitar a San Breixo (Verísimo), con una impresionante arquitectura junto a un antiguo cruceiro con altar y una singular cruz de probable origen celta. San Breixo también es abogado del reuma, por lo que el milagro de estas aguas está asegurado.



## BALNEARIO DE BERÁN

Tesal

El **Balneario de Berán**, en el Ayuntamiento de Leiro, ofrece unas instalaciones completamente nuevas, ya que en él han sido realizados importantes inversiones en los últimos años por parte de la Diputación de Ourense y la Fundación del Balneario de Cortegada - Tesal.

Actualmente cuenta con una piscina de agua termal al aire libre, 7 bañeras individuales, vestuarios, duchas y una fuente para poder beber sus aguas. Estas aguas son reconocidas por la población como las mejores de O Ribeiro para tratamientos de piel, aunque son recomendadas tanto para el baño como para beber.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas hidrosulfurosas y ferruginosas.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Problemas digestivos
- Problemas respiratorios
- Problemas hepáticos
- Dermatología, especialmente para la psoriasis



### TARIFAS

A consultar.



### BALNEARIO DE BERÁN

Caserío Caldelas, 4,  
Berán 32425 Leiro  
OURENSE

42.34492 (N)  
-8.140863 (O)

Tel: (+34) 988 488 463

# Lobios

Con una extensión de 168,77 kilómetros cuadrados de pura naturaleza y enclavado en el Parque Natural Baixa Limia Serra do Xurés, limita al Norte con Lobeira, al Este con Muíños, al Sur con Portugal y al Oeste con Entrínho y Portugal. Al recorrer del río Caldo por su pedregoso terreno, deja como regalo al turista impresionantes saltos de agua, cascadas de aguas cristalinas, como la de Corga da frecha.



Tras los resultados obtenidos de los estudios realizados en la zona, **Lobios** cuenta con un rico patrimonio arqueológico, legado que permite acercarnos a la evolución histórica del que hoy es el Ayuntamiento de Lobios

Se conocen indicios del primer asentamiento humano de cazadores y recolectores del Paleolítico en la zona del Riocaldo. Pero sin duda alguna, la primera ocupación efectiva tuvo lugar a partir de mediados del IV milenio a.C. y fue llevada a cabo por los primeros pueblos pastores y agricultores, que levantaron numerosos monumentos megalíticos aproximadamente entre el 3500 a.C. y el 2000 a.C., por el momento, los únicos exponentes llamados antas, arcas, mámoas, motas, dólmenes, etc. panteones funerarios de aquellas gentes, se distribuyen por toda la comarca, y concretamente en Lobios, yacimientos como las necrópolis tubulares de San Bieito y la Anta do Couto.

También en esta comarca se están constatando progresivamente vestigios de los primeros pueblos metalúrgicos del cobre, integrados en una época denominada arqueológicamente como Calcolítico. Primero, reflejados en los asentamientos al aire libre, con materiales líticos y cerámicos del tipo Penha, que ocupan el Valle del Limia, aproximadamente a partir del 2500 a.C. Posteriormente, una segunda manifestación de la metalurgia del cobre, es la que deriva de la localización de las cerámicas Campaniformes, aproximadamente entre el 2200/2000 a.C. y el 1800 a.C.

La Edad de Bronce es menos conocida, limitándose por el momento a hallazgos aislados correspondientes con su fase inicial, y localizados en megalitos existentes en la comarca. Los representantes más conocidos de nuestra Protohistoria son los yacimientos denominados castros, poblados construidos en lugares con defensas naturales, como colinas elevadas o espolones montañosos rodeados por meandros fluviales, a los que se añaden diferentes sistemas de fortificación como murallas y parapetos.

La Cultura Castreña, protagonizada por los pueblos galaicos, se extiende cronológicamente desde el siglo VI/V a.C. hasta el IV d.C. Es en esta época, más concretamente en el año 215 antes de Cristo, cuando por primera vez, un ejército romano invade el Noroeste de la Península, siendo esta una etapa clave en la historia de Lobios, que alcanzó su mayor esplendor bajo el reinado de Augusto, en el que destacó la apertura de un conjunto de vías, la creación de infraestructuras en torno a las aguas termales y río Caldo, la explotación de las inmensas riquezas minerales de la zona y sobre todo la generalización de una economía con nuevos valores y técnicas, en los que se destacan la policultura, el uso de monedas y el aumento de la productividad agrícola, testimoniada por la fundación de villae y casas rurales.



# HOTEL BALNEARIO DE LOBIOS

CALDARIA

Aunque **Lobios** es una villa termal con importante concentración de restos arqueológicos de la época romana (restos del asentamiento romano en las proximidades del Itinerario Antonino, el topónimo *Aquae Originæ*..), no se conocen, por el momento, restos del edificio que pudo ser utilizado por los romanos para el aprovechamiento de estas aguas.

Posteriormente, no se tiene constancia de una construcción específica para su aprovechamiento salvo por la noticia de pequeñas excavaciones realizadas de forma estacional, hasta la construcción en el s. XVIII de la casa de baños regida por los vecinos del lugar. Dados los problemas de salubridad detectados en los 90 en esta piscina, en 1991, el Ayuntamiento de Lobios llevó a cabo la reforma de la poza principal en forma de gran piscina y el ambicioso proyecto para la construcción del Hotel Balneario.

Actualmente, el Hotel Balneario cuenta con 4 estrellas y la Q de Calidad. Dispone de 150 plazas hoteleras, con modernas e innovadoras instalaciones. Entre sus servicios destacan la piscina, la sala de reuniones, el restaurante/bar y el alquiler de material deportivo. Explora sus aguas para uso minero-medicinal y para la creación de cosméticos. Entre sus variados servicios, oferta ayuda asistencial de enfermería general, hidrología, fisioterapia y medicina general. El hotel pertenece a las Asociaciones de Balnearios de Galicia y de España, y participa en los programas de termalismo social del Inserso, Xunta de Galicia y Diputación de Ourense.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas bicarbonatadas-sódicas, cloruradas fluoradas, hipertermales, oligometálicas, silicatadas.



Temperatura  
y PH  
77°C

Época termal  
Todo  
el año



Horario

Club termal de 09.00h a 21.00h

Tratamientos

INVERNO

Domingo a jueves: 09:00h - 14:00h - 16:00h - 19:00h

Viernes y sábado: 09:00h - 14:00h - 16:00h - 21:00h

Cerrado la tarde del 24 diciembre

VERANO de 09.00h a 14.00h e de 16.00h a 21.00h





## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Afecciones dermatológicas, hepáticas, aparato locomotor, digestivo, artritis, artrosis, lumbalgia, rehabilitación, reumatismo, tratamientos antiestrés.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

### TÉCNICAS TERMALES

- Baño de Hidromasaje
- Baño de vapor
- Baño mineromedicinal
- Baño o Ducha de Esencias
- Baño Turco
- Chorros
- Chorro subacuático
- Ducha Circular
- Ducha Escocesa
- Fangoterapia / lodos
- Jacuzzi
- Masajes subacuáticos
- Masajes terapéuticos
- Piscina activa
- Piscina de agua termal
- Piscina de contrastes
- Sillones térmicos

### TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS

- Aromaterapia
- Chocolaterapia
- Cromoterapia
- Electroterapia
- Envolvimientos
- Estética facial y corporal
- Fisioterapia
- Parafangos
- Presoterapia
- Vinoterapia



## TARIFAS

Programas Bañeario



Tratamientos  
Salud



Tratamientos  
Estética



★★★★

## HOTEL BALNEARIO DE LOBIOS

Río Caldo s/n  
32870 Lobios  
OURENSE

41.862732 (N)  
- 8.106603 (O)



Tel: (+34) 988 448 440  
Fax: (+34) 988 280 484



reservas@caldaria.es  
www.caldaria.es/lobios

# Punxín

**Punxín**, pequeño municipio de la comarca de O Carballiño y a escasos 20 minutos de la capital de provincia, estira su territorio por las laderas de Barbantiño ofreciendo la riqueza de sus paisajes y las huellas de su historia vinculada al románico.

Lo más destacable del patrimonio del municipio es el sarcófago de Wintila, San Wintila para el pueblo de Punxín. En una ladera de Barbantiño, en el lugar de A Forxa, se encuentra la Iglesia de Santa María de arte Pre-románico. La historia cuenta que se debe a Wintila la construcción de esta iglesia donde está enterrado bajo un hermoso sepulcro del siglo IX, probablemente el más antiguo de Galicia.

La actual iglesia de Santa María de Punxín es lo que queda del templo románico que a lo largo de los siglos sufrió numerosas transformaciones. De estructura primitiva, únicamente quedan los muros de la nave, parte del ábside y el arco triunfal, que tras la última reforma, pasó a ser portada principal de la iglesia.



Algunas de las iglesias parroquiales conservan parte de sus fábricas do estilo Románico, como Punxín y Ourantes, lo que llama la atención cuando no tienen obras del Barroco del siglo XVIII.

En San Xoán de Ourantes y Vilela hay dos iglesias románicas que vale la pena visitar, siendo la primera de especial interés. De estilo románico mayoritariamente, combinadas con obras barrocas, en el caso de la torre. De una sola nave, su ábside es rectangular. En su trasera, hay un cruceiro con *peto das ánimas* en el pedestal, rodeado por un enrejado de hierro que tiene los instrumentos de la Pasión en la base recta de la columna. Sobre el capitel, de estilo jónico, el Crucificado y la Virgen que se apoya sobre Ángeles.



## TERMAS DE AS QUINTAS

Concello de Punxín

Las **termas de As Quintas** están enclavadas en la senda del río Barbantiño y a la orilla de la cascada de O Viñao en el Ayuntamiento de Punxín, popularmente son conocidas como O Bañado.

Acondicionadas recientemente, cuentan con una fuente y una piscina termal. En sus proximidades también se encuentra la conocida fuente de O Santo.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas sulfurosas bicarbonatadas.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Dermatología y afecciones dermatológicas.




### TARIFAS

Acceso gratuito.



### TERMAS DE AS QUINTAS

  
Camiño das Quintas, 1,  
32456 Punxín  
OURENSE

  
42.384417 (N)  
-7.996794 (O)

# Ribadavia

La capital de la comarca, la Villa de **Ribadavia**, conjunto histórico artístico y rodeado de relieves montañosos al resguardo de la influencia oceánica, descansando entre el Miño y el Avia.



Estas tierras siempre estuvieron ocupadas debido a la alta importancia de la comarca, sugestiva y atrayente, no solo por los encantos de su belleza, sino por la feracidad de su suelo, las minas de sus montes, el oro de sus ríos y por las condiciones minerales y termales de sus aguas. Íberos, celtas, fenicios y romanos contribuyeron con el desarrollo y humanización de la comarca, dejando señales y restos de gran importancia en casi todas las parroquias de O Ribeiro.

Destaca el legado de los romanos, que se asentaron en toda la zona extrayendo el oro del río Miño y aprovechando las grandes surgencias termales, dejando importantes muestras de sus marcas (altares, calzadas, monedas, utensilios domésticos y de culto, lavaderos de oro, etc.). Ribadavia era tratada como la Abóbriga de Plinio. Se dice que gracias a la presencia romana se debe la presencia de los viñedos en O Ribeiro

Una vez en tiempos cristianos, se produce el despertar de la comarca, vinculado a los monasterios de Arnoia, Castrillo, Gomariz, San Clodio, etc., y a las numerosas fortalezas que se asentaban en toda la comarca: San Xés, A Mota, Sande, Nóvoa, Pena Corneira, etc. por lo que O Ribeiro era conocido en el siglo X con el nombre de Tierra de Castillos. A esta época pertenece el Fuero Real "protección y trato especial" que le concede el rey Fernando II a la villa.

También prosperó en la villa una comunidad hebrea, agrupándose en calles en torno a la denominada Porta Nova, llegando a formar una de las más interesantes juderías de Galicia.

Todos los años, a finales de agosto, el barrio judío, engalanado al estilo medieval, acoge puestos de productos gastronómicos y artesanales. La mejor forma de gozar de la fiesta es participar en el desfile de **A Istoría**, abierto a cualquier persona que vaya vestida de época. La jornada está amenizada por un intenso programa de actividades.



La fiesta se celebra en el recinto del castillo de los Sarmiento, una de las familias más importantes en la Edad Media. Su escudo, formado por trece bezantes de oro, aparece esculpido en numerosos edificios de Ribadavia y de O Ribeiro, e incluso de España, ya que al emparentar con otras familias nobles del país, adquirieron mayores posesiones y títulos, sobre todo en Castilla

A partir del siglo XVII, la Comarca de O Ribeiro se convierte en uno de los territorios más prósperos de España debido a la exportación del vino, siendo considerado uno de los mejores de Europa, tal como describe Cervantes en su obra *El Licenciado Vidriera* en su *Descripción del Reino de Galicia*, cuando se refiere a Ribadavia como la "Madre del vino en quilate subido".

## TERMAS DE PREXIGUEIRO

Termas de Prexigueiro

Este manantial que data del s.XVI pertenecía al Monasterio de Santa María de Melón y era coñecido como Baños de Cerves (por el río en el que brotan). Siglos después, sería arrendado por los vecinos a cambio de arreglar las instalaciones y comprometerse a su mantenimiento. Estos baños, consistentes a lo largo de los años en pozas al descubierto, disponían en el s.XX de una caseta y una piscina a modo de pila que fue reformada en la década de los 90.



Igualmente, existen a lo largo del **río Cerves** diversas pozas en el propio río que se utilizan de forma libre, a cielo abierto. En la actualidad, la fama de estas aguas atrae tanto a vecinos como foráneos, ya que además, en la parte alta de la ladera se construyó una nueva instalación del arquitecto Suances, de promoción pública y gestión privada, que explota las aguas en forma de caldas. Este espacio cuenta con salas para diversos tratamientos y existe un proyecto de ampliación de las instalaciones para dotarlas de alojamiento. En la parte baja de la ladera, en el propio río, se encuentran las pozas de acceso público y gratuito.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Aguas bicarbonatadas-sódicas, sulfuradas.



Temperatura  
y PH  
41°C



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Traumatología y deporte, dermatología, reumatología y vida cotidiana.

Época termal  
Todo el año



Horario

Todos los días  
de 11.00h a 22.30h



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

El nuevo complejo termal inaugurado en 2010, cuenta con 5 piscinas de diferentes formas y tamaño al aire libre, así como con instalaciones para tratamientos de relax y salud, con bañeras de hidromasaje.

- Baño
- Vinoterapia y Chocolaterapia
- Masoterapia
- Sauna

También cuenta con cafetería, restaurante y capacidad para la organización de eventos.



## TARIFAS

- 5,50 € para adultos,
- 4,90€ niños.
- Consultar web.



## TERMAS DE PREXIGUEIRO



Lugar de Prexigueiro  
37418 Ribadavia  
OURENSE



42.253585 (N)  
- 8.167484 (O)



Tel: (+34) 988 470 950



[termasprexigueiro@yahoo.es](mailto:termasprexigueiro@yahoo.es)  
[www.termasprexigueiro.com](http://www.termasprexigueiro.com)



# Guimarães

AQUI  
NASCEU  
PORTUGAL

# Guimarães

**Guimarães** está asociada a la formación de la identidad nacional portuguesa en el séc. XII. La armonía de la ciudad y las particularidades arquitectónicas que ilustran la evolución de la ciudad y su integración en el paisaje que la rodea, otorgan a Guimarães un valor universal excepcional, que culminó en la clasificación por la Unesco del Centro Histórico como Patrimonio Mundial, en 2001.



A pocos kilómetros del centro de la ciudad, la villa de **Caldas das Taipas** fue desde siempre un movido y dinámico lugar de paso y una buena opción para una parada, ya que dispone de varios atractivos, entre los cuales destaca una antigua estancia termal.

Guimarães mantiene la voluntad de proteger y promover su legado histórico y sus tradiciones culturales, aliadas a la diversidad de recursos endógenos, como es el caso de las aguas termales.

La utilización terapéutica de sus aguas se remonta al Imperio Romano. Para verificarlo, podemos encontrar, junto a la Iglesia Matriz de la villa, un enorme bloque de granito - Piedra o Ara de Trajano, con una extensa inscripción en latín dedicada al emperador romano Trajano Augusto, denunciando la búsqueda y utilización, durante la época imperial, de estas aguas medicinales.



El Turismo Termal y de Bienestar fue adquiriendo a lo largo de los últimos años una importancia creciente en el panorama nacional, especialmente en la región norte, donde se concentran el mayor número de estancias termales de todo el país.

El Patrimonio histórico edificado, unido al amplio programa cultural y deportivo anual, a la naturaleza y a la salud y bienestar, hacen de Guimarães un destino para elegir en el norte de Portugal.



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Edifício de los Banhos Velhos
- Ara de Trajano (Monumento Nacional)
- Citania de Briteiros
- Centro Histórico de Guimarães (Patrimonio de la Humanidad)

[www.guimaraesturismo.com/](http://www.guimaraesturismo.com/)



#### ALOJAMIENTOS



# TAIPAS TERMAL

Taipas Turitermas,  
C.I.P.R.L

La villa de **Caldas de Taipas** se beneficia de la existencia del agua termal como recurso natural. Su utilización se remonta al inicio de nuestra era, cuando pasaron los romanos por la región, como testimonio quedan los vestigios de un balneario termal, localizados en el mismo lugar donde funcionaron los primeros balnearios termales - los *Banhos Velhos*. Estos fueron posteriormente substituidos por nuevas instalaciones al inicio del siglo XX.

Recientemente, se creó la marca de **Taipas Termal** y se desarrollaron nuevos productos, en el área del SPA Termal y de la cosmética natural. En septiembre de 2015 se inauguró el recalificado balneario termal de Caldas de Taipas, que ahora incluye también una moderna Clínica de Salud. La excelencia y las características diferenciadoras reflejadas en los tratamientos termales, cuidados de salud y medicina deportiva, tienen como soporte vital el aprovechamiento y la valoración del recurso endógeno – el agua termal - asociado a la defensa del patrimonio y calidad de los servicios prestados.

Con estas obras de recalificación, se dotó al balneario centenario con nuevas condiciones de prestación de servicios, de acuerdo con los más modernos modelos de calidad, tanto en el del termalismo clásico como en el de SPA y Bienestar.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hiposulfónica, sulfurosa, sódica, silicatada, fluoretada.



Época termal  
Todo el año

  
Horario

Termas  
Lunes a viernes: 08:30h - 12:30h - 15:00h - 21:00h  
Sábado: 08:30h - 13:00h  
Domingo: sujeto a reserva previa  
SPA  
Lunes a sábado: 08:30h - 21:00h  
Domingo: sujeto a reserva previa



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- **Patologías del aparato respiratorio de las vías aéreas superiores:** rinitis, faringitis o sinusitis, dolencias crónicas de origen alérgica (asma, rinitis alérgicas)
- **Patologías reumáticas, músculo-esqueléticas:** reumatismo crónicos o inflamatorios, artrosis, tendinitis, lumbalgias, ciática, dolores dorsales postoperatorios, secuelas traumáticas o osteoarticulares
- **Patologías de la piel:** eccema, psoriasis, cicatrices, prurito y urticaria



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Baños de inmersión
- Hidromasaje de burbuja de agua
- Piscina
- Ducha de chorro y Vichy
- Columna de vapor
- Fangos termales
- Irrigaciones
- Pulverizaciones
- Nebulizaciones y aerosoles
- Ingesta de agua
- Cataplasma de fangos
- Masaje
- Masaje geotermal
- Exfoliación corporal
- Chocolaterapia
- Masaje con velas
- Masaje de drenaje linfático
- Masaje doble



### TAIPAS TERMAL



Largo das Termas  
Caldas das Taipas  
GUMARÃES



41.487801 (N)  
-8.342652 (O)



Tel: (+351) 253 577 845



geral@taipastermal.com  
info@taipastermal.com  
www.taipastermal.com

 Taipas Termal



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

Taipas Termal dispone de otros programas de bienestar que se pueden consultar en la web.



Lugo



# Lugo

**Lugo**, ciudad histórica y acogedora.

Más de dos mil años de historia dan para mucho. Por eso, visitar Lugo se convierte en un viaje al pasado y requiere emplear tiempo para descubrir con calma todas las esquinas que esconde esta mágica ciudad bimilenaria. Uno de los placeres que descubre el viajero que se deja enamorar por la capital amurallada es el de olvidar las prisas. Lugo ofrece la magia de las ciudades en las que el tiempo parece detenerse, y el visitante se puede entregar al lujo de pasear sin rumbo por sus apacibles calles y descubrir sosegadamente sus mil y una esquinas cautivadoras.



Y si algo caracteriza Lugo es la extraordinaria hospitalidad con que acoge a sus visitantes: la **muralla romana** tiene siempre las puertas abiertas. Lugo presume orgullosa de la única muralla romana del mundo que conserva íntegro su perímetro, y que se convirtió en emblema de la ciudad sobre todo desde que en el año 2000 la Unesco la declaró Monumento Patrimonio de la Humanidad.

Cuando descubre estos muros, el viajero no deja de sentirse asombrado por la belleza sólida y serena de esta construcción defensiva, y al recorrer sus piedras de un vistazo puede percibir el paso de la historia.

Histórica, monumental, gastronómica... El viajero que llega a Lugo se encuentra una ciudad con una magia especial por la belleza de su muralla, de su casco histórico y del paso del **ro Miño**. El recuerdo que perdurará en su memoria es la de una ciudad acogedora donde nadie es extraño y que siempre tiene sus puertas abiertas.



Para difundir el legado cultural, Lugo cuenta con una **red de Museos Municipales** especializados en el patrimonio arqueológico, heredado fundamentalmente de la época romana. La oferta cultural se completa con el Museo Provincial, situado en el antiguo convento de San Francisco, y con una cuidada programación cultural que desarrolla el Ayuntamiento de Lugo a lo largo de todo el año.

Además de por lo monumental, Lugo destaca por sus **espacios naturales**.

El horizonte está marcado por el hermoso paisaje de las praderas lucense. Sus magníficos bosques autóctonos ofrecen a lo largo de todo el año espectaculares imágenes. Precisamente, el Camino Primitivo de Santiago recorre estos fantásticos paisajes a su paso por el municipio. Además, la ciudad está rodeada por un cinturón verde de más de diez kilómetros de paseo que transcurre al lado del río Miño y del río Rato.

Otra de las facetas más atractivas de Lugo es la relativa a la salud y al bienestar. Se trata de una de las más valiosas herencias que los romanos le dejaron a la ciudad. Hablamos de las Termas, situadas a la orilla del Miño, donde se halla el Bañerío de Lugo con una amplia oferta de tratamientos termales. Imprescindible contemplar el atardecer desde la **Vella Ponte**.



## PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Muralla Romana, Patrimonio de la Humanidad
- Catedral de Santa María, Patrimonio de la Humanidad
- Plaza de Pío XII
- Museos - Centros arqueológicos: *Domus do Mitreo*, *Casa dos Mosaicos*, *Sala Porta Miñá*, *San Roque*, Centro de Interpretación de la Muralla
- Museo Interactivo de Historia de Lugo
- Museo Provincial
- Centro Sociocultural *O Vello Cárcere*
- *Burgo Vello* - zona de la Catedral, *plaza do Campo*, barrio de la Tinería
- Lugo Monumental: *Pazo do Concello*, *plaza Mayor*, *plaza de Santo Domingo*, *calle San Marcos*
- Parque de Rosalía de Castro
- Parque del Miño - Reserva de la Biosfera
- *Paseo do Rato*
- *Puente Romano*
- *Termas Romanas*
- *Camino Primitivo*
- *Vía XIX*
- *Templo de Santalla de Bóveda* (BIC)
- *Zona rural: Terras de Auga e Cultura*



## ALOJAMIENTOS



# BALNEARIO DE LUGO

## TERMAS ROMANAS

Balneario y Termas de Lugo S.L.

El **Balneario de Lugo** está situado a los pies de la ciudad romana, en la orilla del río Miño, en la Reserva de la Biosfera del Miño, rodeado de largos paseos en plena naturaleza. Además se encuentra a escasos 2 Km del centro histórico de la ciudad de Lugo. Este Balneario es un balneario tradicional con fines terapéuticos. La calidad de nuestras aguas ya era conocida en la antigua Roma, muestra de ello son las **Termas Romanas**, declarados Bien de Interés Turístico.

Estos restos arqueológicos, que cuentan con más de dos mil años de existencia, se conservan en el interior del edificio y lo constituyen tres salas abovedadas: El Apodyterium, conocida como la zona de vestuarios, el Caldarium, o sala de baños caliente, y el Tepidarium, que servía de transición para el baño frío que era el Frigidarium. Desde la época romana hasta la actualidad el Balneario funciona de forma intermitente. No obstante, desde el año 1988 hasta la actualidad el Balneario viene funcionando de forma continua y en constante actualización y remodelación.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfuro-sódica, bicarbonatada, hipertermal.



Temperatura  
y PH

43°C

PH 7.8



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

#### • Reumatismo:

Crónicos degenerativos (artrosis), crónicos inflamatorios (artritis), no articulares (ciática, lumbalgia, hombro doloroso)

Época termal  
De marzo a  
diciembre



Horario

De lunes a sábado:

08:30h - 13:30h • 18:30h - 20:30h

Domingo:

08:30h - 13:00h

• **Afecciones respiratorias:**

Faringitis, rinitis, sinusitis, laringitis, bronquitis, asma, etc.

• **Enfermedades de la piel**

• **Stress, agotamiento físico y mental...**



**TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS**

• **Técnicas termales:**

Piscina de agua termal, baños de agua termal, baños de burbujas, duchas circulares, chorros, ducha Vichy, parafangos, parafinas, técnicas respiratorias (ducha nasal, pulverización, inhalación, aerosoles).

• **Circuito termal:**

Sauna húmeda, sauna seca, contrastes bitérmicos, piscina relax, jacuzzi, sillones térmicos.

• **Tratamientos complementarios:**

Masajes (total, parcial, anticelulítico), presoterapia, envolvimientos (fangos, algas), tratamientos termales corporales (exfoliación, reafirmante, hidratación, limpieza de espalda), tratamientos termales faciales (limpieza de cutis, hidratante, reafirmante, anti-acné).



**TARIFAS**



**OTRA INFORMACIÓN**

Certificación de calidad turística "Q".



**BALNEARIO DE LUGO**



Camino del Balneario s/n  
27004 LUGO



43.001706 (N)  
- 7.560849 (O)



Tel: (+34) 982 221 228

Fax: (+34) 982 221 659



balneario  
@balneariodelugo.com

www.balneariodelugo.com



# O Carballiño



# O Carballiño

**O Carballiño** es una villa turística y estación balnearia, que nació en una encrucijada de caminos en el interior meridional de Galicia, alrededor de la feria creada por los frailes del monasterio de Oseira en el primer tercio del siglo XVII. Sin embargo, la creación del ayuntamiento tuvo lugar a principios del siglo XIX, por lo que es una villa moderna, con todo tipo de servicios y un importante parque industrial y empresarial.

Se encuentra en una situación geográfica estratégica, en un nudo de comunicaciones ferroviarias y terrestres con conexión por autovía con las capitales y ciudades gallegas, así como con los aeropuertos.

Son cuatro los pilares fundamentales en los que sustenta su fama: **TERMALISMO, NATURALEZA, PATRIMONIO CULTURAL Y GASTRONOMÍA.**



## TERMALISMO:

Posee de los balnearios privados, el **Gran Balneario**, que tiene 118 años de historia, y el Balneario de las **Caldas de Partovia**, recientemente modernizado. Así mismo, cuenta con un área termal pública, **Bañiños de Arcos**.

## NATURALEZA:

Una de las joyas naturales de O Carballiño es el **Parque Municipal**, que comprende, junto con la **Piscifactoría** y el **Parque Etnográfico do Arenteiro**, un área con cerca de 500.000 metros cuadrados de arboleda, senderos y espacios de ocio.

## PATRIMONIO CULTURAL:

El monumento arquitectónico más sobresaliente de O Carballiño es el **Templo de Veracruz**. Se terminó de construir en 1957 después de trece años de su inicio, según el proyecto del arquitecto Antonio Palacios Ramilo, que conjugó diversos estilos arquitectónicos. Fue declarado Bien de Interés Cultural en 1995.

## GASTRONOMÍA

La tradición pulpera de O Carballiño cuenta con varios siglos de antigüedad, convirtiendo la villa carballiñesa en un referente de los *pulpeiros* y *pulpeiras* de Galicia. El cénit de esta tradición tiene lugar cada segundo domingo de agosto durante la celebración de la **Fiesta del Pulpo**, que está declarada Fiesta de Interés Turístico Nacional, y congrega en el parque municipal y en la villa a docenas de miles de personas.



## FIESTAS

Las celebraciones festivas más sobresalientes son: El Carnaval y la Fiesta de la Cachucha, en el mes de febrero; Fiesta del Pulpo, el segundo domingo de agosto; las Fiestas de la Cachucha, en el mes de septiembre, y el Magosto y la Fiesta del Vino Nuevo, en el mes de noviembre.

## RUTAS DE SENDERISMO

O Carballiño tiene dos rutas homologadas de senderismo de gran interés natural y etnográfico: O Camiño dos Arrieiros y el Sendero del Río Arenteiro.

## LA COMARCA

Como cabecera de la comarca, O Carballiño se encuentra en un enclave desde el que se puede disfrutar de un amplio abanico de rutas de gran interés. Entre otras, cabe destacar el Monasterio de Oseira y los hornos de pan de Cea, por el norte; y el Castro de San Cibrán de Lás y los pazos de Banga y Cabanelas, por el sur.



### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Templo de Veracruz
- Museo Etnográfico Muíño do Anxo
- Parque Municipal
- Senda de Arenteiro
- Piscifactoría de O Carballiño
- Pazos de Banga, Cima de Vila y Cabanelas



### ALOJAMIENTOS



# BALNEARIO CALDAS DE PARTOVA

Está situado a 2 km de O Carballiño, en **As Caldas de Partovia**. Es un espacio para la tranquilidad, sencillamente único, donde relajarse y disfrutar del placer del baño. Desde el 2017 cuenta con nuevas instalaciones y un moderno edificio.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfurada, ligeramente radioactiva, bicarbonatada, sódica y de mineralización muy débil.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Patologías del aparato locomotor
- Patologías de la piel
- Patologías del sistema circulatorio
- Patologías del sistema nervioso
- Patologías de las vías respiratorias
- Patologías del aparato digestivo



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- **Piscina dinámica y canal de fleboterapia:** Cuenta con el primer canal de fleboterapia del país.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Martes a domingo:  
10:00h 22:00h



- **Ducha magna:** Diseñada exclusivamente para este balneario, cuenta con 843 orificios de salida de agua mineromedicinal aportada directamente desde el manantial.
- **Baño Ying Yang (2 personas):** Dotado con agua mineromedicinal, natural, hidromasaje, musicoterapia.
- **Baño medicinal:** Un baño en una bañera individual con agua mineromedicinal.
- **Baño con hidromasaje**
- **Chorro a presión**
- **Aplicación de parafango**
- **Naturopatía estética:**
  - Termoalgas autocalentables
  - Fango verde
  - Fango negro
  - Cereza terapia
  - Chocoterapia

€ TARIFAS



BALNEARIO  
CALDAS DE  
PARTOVIA



As Caldas  
32515 O CARBALLIÑO  
OURENSE



42.409650 (N)  
-8.070509 (O)



Tel: (+34) 988 273 057



reservas@  
caldasdepartovia.es

www.caldasdepartovia  
balneario.com

# GRAN BALNEARIO DE O CARBALLIÑO

Es, desde el año 1816, uno de los balnearios más concurridos de España. En 1900 se inauguró el actual edificio, obra del arquitecto ourensano Daniel Vázquez Gullías. El balneario fue objeto de una importante remodelación en 1993. Dispone de unas modernas instalaciones, aunque mantiene el encanto de un balneario histórico.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfurado-sódica, alcalina, fluorada, litónica y radiactiva.



Temperatura  
y PH  
22 - 28°C  
PH 9,15



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Problemas del aparato digestivo
- Tratamientos del aparato respiratorio
- Trastornos del metabolismo
- Reumatismos
- Dolencias de la piel



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Agua en bebida
- Baños
- Baños de hidromasaje
- Duchas
- Chorros
- Nebulizaciones
- Inhalaciones
- Pulverizaciones

Época termal  
De marzo a  
noviembre

  
Horario

De lunes a sábado:  
08:30h - 19:00h

## TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS

### - PARAFANGOS:

Combinación de fangos o lodos con parafina para su aplicación en las zonas afectadas del cuerpo a una temperatura entre 42°C y 46°C, consiguiendo un efecto relajante y analgésico para afecciones reumáticas o contracturas.

### - MASAJES:

Tanto completos como en las zonas afectadas por contracturas o problemas circulatorios.

## € TARIFAS



## i OTRA INFORMACIÓN

El balneario tiene aparcamiento y zona ajardinada. No dispone de hotel, aunque en los alrededores existen diversos establecimientos hoteleros de una a cuatro estrellas.



## GRAN BALNEARIO DE O CARBALLIÑO



Avda. do Balneario O  
32500 O CARBALLIÑO  
OURENSE



42.432023 (N)  
-8.082648 (O)



Tel: (+34) 988 270 926



[www.balneariodecarballino.com](http://www.balneariodecarballino.com)

## BAÑIÑOS DE ARCOS

Uso público

Es una fuente termal pública.  
0,03 l/s.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfurada, bicarbonatada,  
fluorada.



Temperatura

20°C



Horario

Todos  
los días  
24h



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Propiedades: hepato-digestivas.



### TÉCNICAS TERMALES, TRATA- MIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Ingesta
- Baño



### TARIFAS

Acceso gratuito



### BAÑIÑOS DE ARCOS



32500 O CARBALLIÑO  
OURENSE



42.445569 (N)  
-8.073039 (O)



Tel: (+34) 988 530 007

Ourense



# Ourense

Conocida desde la antigüedad por la abundancia de sus aguas mineromedicinales, **Ourense** nació como *Aquis Auriensis*, la ciudad del oro y del agua. Así la llamaron los romanos, quienes hace dos mil años fundaron un asentamiento al pie de **As Burgas**, las emblemáticas fuentes termales que aún hoy continúan manando a más de 60 °C.

Desde sus orígenes y a lo largo de la historia, la tradición de los baños termales ha estado muy presente en la ciudad y hoy sigue más viva que nunca, practicándose en las numerosas instalaciones disponibles: termas históricas, en plena naturaleza, inspiradas en las tradición japonesa del *Onsen*... Cualquier momento del día es bueno para disfrutar en ellas de un reconfortante baño caliente, sea verano o invierno.



Ourense se extiende por el fértil valle que forma a su paso el **río Miño**, surcado de numerosos puentes que dibujan una estampa singular. Destacan los majestuosos arcos del Puente Viejo, de fundación romana y corte medieval, y las líneas casi imposible del vanguardista Puente del Milenio, símbolos respectivamente del Ourense antiguo y del contemporáneo.

Ciudad amable y hospitalaria, su larga historia se plasma en un importante **patrimonio monumental** concentrado en su Centro Histórico, un laberinto de calles y plazas dispuestas alrededor de la Catedral Basílica de San Martiño. El templo, uno de los más antiguos de Galicia, guarda auténticos tesoros artísticos, sobresaliendo el Pórtico del Paraíso, con su hermosa policromía.



A lo largo de todo el año Ourense disfruta de una apretada agenda cultural y de festejos; una oferta que, junto a la calidad de su comercio local y su magnífica gastronomía, acaban de perfilar un destino turístico y una ciudad que destaca por su calidad de vida.



El Camino Mozárabe o **Vía de la Plata**, que conecta el sur de la Península con Santiago de Compostela, recorre también Ourense, donde desde tiempos medievales los peregrinos han encontrado alivio y descanso en sus manantiales termales.



### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Complejo arqueológico – termal das Burgas
- Márgenes termales del río Miño
- Puente Romano
- Plaza Mayor
- Centro histórico de Ourense
- Catedral Basílica de San Martiño
- Claustro de San Francisco
- Parque botánico de Montealegre
- Conjunto arqueológico de Santomé
- Rúa do Paseo



### ALOJAMIENTOS



## PISCINA TERMAL DE AS BURGAS

Ayuntamiento de Ourense

Una lámina de agua de más de 200m<sup>2</sup> dispuesta para el baño sorprende a quien se acerca al entorno de **As Burgas**, las fuentes mineromedicinales símbolo de la ciudad que manan en el corazón del Ourense Monumental. La instalación es, sin duda, la mejor forma de descubrir este espacio lleno de historia, donde muchos sitúan el origen de Ourense.

Bañarse en ella es hacerlo prácticamente de la misma forma, en el mismo lugar y en las mismas aguas donde dos mil años antes ya lo hacían los romanos, que construyeron en esta zona una *balnea* y una piscina-santuario cuyos restos aún se conservan.



La piscina está alimentada por la propia agua de As Burgas, que mana libre a más de 60°C en las dos fuentes monumentales que aquí se encuentran. La Burga de Arriba, con su silueta neoclásica (s. XIX), es la más conocida y abundante. Junto al recinto de baño, la Burga de Abajo, más pequeña pero también más antigua (s. XVII).

En la piscina, el agua es enfriada hasta los 38°-40°C, permitiendo disfrutar del baño en cualquier época del año, en un espacio para la relajación y el bienestar.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Lunes:  
Cerrado

De martes a domingo:  
10:00h-13:00h • 17:00h-21:00h

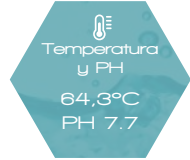




### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal de mineralización media, radioactiva, fluorada con iones predominantes de bicarbonato y sodio, muy blanda.

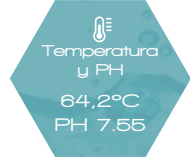
### BURGA DE ARRIBA



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS:

Afecciones dermatológicas y del aparato locomotor.

### BURGA DE ABAJO



### TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Baño colectivo, sauna romana (calor húmedo).
- Servicios: Vestuarios, aseos, taquillas.



### TARIFAS

Acceso gratuito



### OTRA INFORMACIÓN

Junto a la piscina se encuentra el **Centro de Interpretación Arqueológico – Termal de las Burgas**, una visita obligatoria para conocer la evolución en el tiempo de este espacio central en la ciudad.

Para ir en transporte público, todos los autobuses hacen parada en la zona centro. Aparcamiento próximo.



## PISCINA TERMAL DE AS BURGAS



Rúa das Burgas s/n  
OURENSE



42.334578 (N)  
-7.86487 (O)



Tel: (+34) 988 366 064



turismo@ourense.es

www.turismodeourense.gal

# A CHAVASQUEIRA

Ayuntamiento de Ourense,  
Ibernisha S.L.

A pocos metros del vanguardista Puente del Milenio, siguiendo la orilla derecha (norte) del río, encontramos este espacio que inaugura la conocida como **Ruta Termal del Miño**, un gran parque de ribera donde se localizan algunas de las instalaciones termales más populares y emblemáticas de Ourense. Los manantiales de A Chavasqueira eran utilizados por vecinos y visitantes ya a comienzos del siglo XIX: se los conocía popularmente como las "Caldas del Obispo", en referencia al Cardenal Quevedo (1736-1818), quien ordenó acondicionarlas para mayor comodidad de los enfermos que allí acudían. El propio obispo dispuso también un espacio para su disfrute personal, un templete construido en piedra que aún se conserva en el interior de las **Termas de A Chavasqueira**.



Esta instalación termal, alimentada por dos manantiales, recrea con todo lujo de detalles un Onsen, una casa de baños tradicional japonesa que destaca por su ambiente sosegado y de inspiración zen. Construidas íntegramente en piedra y madera, las Termas de A Chavasqueira ofrecen un **círculo termal inspirado en las técnicas de baño niponas**, que incluye una sauna dispuesta en el antiguo templete del Cardenal.

Época termal  
Todo el año

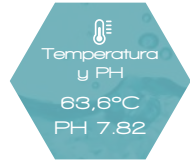
TEMPORALMENTE  
FUERA DE  
SERVICIO

Lunes - Sábado  
Martes, jueves y domingo: 09:00h - 23:30h  
Ho. f. c. Viernes: 09:00h - 01:30h  
Sábados: 09:00h - 02:30h



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal de mineralización débil, sulfurada, fluorada con iones predominantes de bicarbonato y sodio, muy blanda.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Afecciones dermatológicas y del aparato locomotor.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Rotenburo: 3 piscinas exteriores para baño colectivo (41 °C)
- Ofuro: bañera interior para baño individual (39 °C)
- Templarium: sauna en piedra y lousa (40 °C – 85% humedad)
- Sudarium: sauna en piedra y madera (45 °C – 85% humedad)
- Tsumetai: tonel de agua fría para choque térmico
- Carta de masajes
- Servicio de cafetería



## TARIFAS

4€ (posibilidad de adquirir abonos mensuales)



## OTRA INFORMACIÓN

Junto al recinto, a pie del río, existe también un conjunto de pequeñas piscinas termales al aire libre, adaptadas para el baño y donde el agua ronda los 40 °C de temperatura. Son de acceso libre y gratuito y disponen de vestuarios y aseos.

Transporte público: Líneas 26 y 19 (Tren de las Termas).

Tarifas y horarios pueden experimentar cambios. Se recomienda confirmar por teléfono.



A  
CHAVASQUEIRA



Campo da Feira s/n  
OURENSE



42.346845 (N)  
-7.87837 (O)



Tel: (+34) 988 214 821



chavasqueirarecepcion  
@yahoo.es

www.termaschavasqueira.com

## ESPACIO TERMAL DE MUIÑO DA VEIGA

Ayuntamiento de Ourense

Hace no tanto tiempo que el **río Miño** formaba parte de un amplio paisaje humano de lavanderas, pescadores, barqueros y por supuesto molinos, que fueron clave en la economía de la ciudad. Uno de los pocos que aún se conservan lo encontramos aquí, dando nombre a este espacio de baño en las orillas del río.

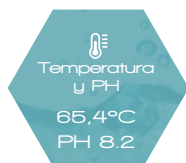


El **conjunto termal de Muíño da Veiga** disfruta de uno de los paisajes más hermosos que ofrece el Miño, que forma aquí un meandro donde las aguas bajan especialmente plácidas. Cinco termas construidas en piedra, cada una con diferentes temperaturas, invitan a un baño relajante en plena naturaleza, al arrullo del río y bajo el suave sol de poniente.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal de mineralización débil, fluorada con iones predominantes de bicarbonato y sodio, muy blanda.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Afecciones dermatológicas y del aparato locomotor.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Otoño - Invierno  
10:00h - 19:00h  
Primavera - Verano  
10:00h - 20:00h



### TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Baño colectivo
- Terma fría para choque térmico
- Aseos y vestuarios



### TARIFAS

Acceso gratuito



### OTRA INFORMACIÓN

Transporte público: Línea 19  
(Tren de las Termas).

Zona de aparcamiento gratuito  
próxima.



### ESPACIO TERMAL DE MUÍÑO DA VEIGA



Paseo do Tinteiro s/n  
OURENSE



42.3517 (N)  
-7.910382 (O)



Tel: (+34) 988 366 064



turismo@ourense.es

www.turismodeourense.gal

 capitaltermal

 capitaltermal

## TERMAS DE OUTARIZ

Ibernisha S.L.

Siguiendo la estela iniciada por A Chavasqueira, pocos años después abrió sus puertas esta instalación inspirada también en la ancestral cultura del Onsen, basada en los principios de respeto y armonía con la naturaleza. Con aforo para 180 personas, este recinto con **termas interiores y exteriores** propone dos circuitos para el disfrute de los manantiales: un **círculo zen**, de aguas calmas, madera y piedra, diseñado para la relajación y la meditación; y un **círculo celta** directamente inspirado en la arquitectura de los castros, donde las aguas cobran mayor movimiento, con chorros, burbujas y cascadas con efecto tonificante, ideal para eliminar tensión y descontraer los músculos. La carta de servicios se completa con saunas, masajes y tratamientos de belleza previa reserva.



Después del baño es posible disfrutar de una comida ligera en su magnífica terraza panorámica sobre el río, que cuenta con servicio de restaurante y cafetería. Continuando la tradición nipona, el recinto cuenta también con un **sushi-bar** donde saborear makis y té verde.

Los equipamientos de Termas de Outariz permiten la organización de eventos y reuniones, disponiendo de una sala multiusos de gran capacidad, así como una zona de baño reservada.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Lunes, miércoles y jueves: 10:00h-00:00h  
Martes: cerrado  
Viernes: 10:00h-02:00h  
Sábado: 09:30h-02:00h  
Domingo: 09:30h-00:00h



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal de mineralización débil, fluorada con iones predominantes de bicarbonato y sodio, muy blanda.



Temperatura  
y PH

60,2°C  
PH 7.98



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Afecciones dermatológicas y del aparato locomotor.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Baño colectivo
- Baño individual (Ofuro)
- Terma fría para choque térmico
- Chorros de gravedad
- Cañones de agua
- Área de losa termal radiante
- Sauna de calor seco y sauna de calor húmedo
- Estética facial y corporal
- Masajes
- Chocolaterapia
- Envolturas corporales de algas y barros
- Alquiler y venta de ropa de baño, toallas y productos cosméticos termales



## TARIFAS

5,50 € (existe la posibilidad de adquirir abonos mensuales)



## OTRA INFORMACIÓN

Transporte público: Línea 19 (Tren de las Termas)

Tarifas y horarios pueden experimentar cambios. Se recomienda confirmar por teléfono.



## TERMAS DE OUTARIZ



Lugar de Outariz s/n  
OURENSE



42.349624 (N)  
-7.915006 (O)



Tel: (+34) 988 364 650



termasoutarizrepcion  
@yahoo.es

www.termasoutariz.com

# ESPACIO TERMAL DE OUTARIZ Y BURGA DE CANEDO

Ayuntamiento de Ourense

La etapa final de la Ruta Termal del Miño es también el **espacio de baño más grande de la ciudad**. Se trata de un gran parque, con pérgolas, columpios y zonas de descanso en el que encontramos dos conjuntos de termas exteriores, piscinas naturales en piedra en las que disfrutar de las aguas a lo largo de todo el año.

Árboles y suave hierba arropan estas termas, con diferentes temperaturas que van desde los más de 40°C de las más calientes hasta las piscinas frías para baños de contraste, todas ellas equipadas con aseos y vestuarios. En la propia orilla, casi en el lecho del río, un conjunto de cantos rodados permiten ver el curioso espectáculo del agua termal brotando directamente de la tierra.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal de mineralización débil, fluorada con iones predominantes de bicarbonato y sodio, muy blanda.

## OUTARIZ

Temperatura  
y PH

55,7°C  
PH 7.88

Época termal  
Todo el año



Horario

Otoño - Invierno  
10:00h - 19:00h

Primavera - Verano  
10:00h - 20:00h

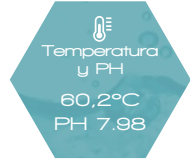


BURGA DE CANEDO



INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y  
PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Afecciones dermatológicas y del aparato locomotor.



TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Baño colectivo
- Terma fría para choque térmico
- Duchas y vestuarios



TARIFAS

Acceso gratuito



OTRA INFORMACIÓN

Transporte público: Líneas 5 y 19 (Tren de las Termas).

Una pasarela peatonal conecta la zona con la orilla opuesta del río, donde se encuentra el aparcamiento gratuito de Pozas Maimón, apto para autobuses.



ESPACIO TERMAL  
DE OUTARIZ  
Y BURGA DE  
CANEDO



Lugar de Outariz s/n  
OURENSE



42.347455 (N)  
-7.917642 (O)



Tel: (+34) 988 360 064



turismo@ourense.es

www.turismodeourense.gal

capitaltermal

capitaltermal

## FUENTE DE O TINTEIRO

Ayuntamiento de Ourense

A apenas 500 m de A Chavasqueira encontramos este manantial, sin duda uno de los más queridos y visitados en la ciudad. La tradición popular atribuye a estas aguas **importantes propiedades terapéuticas**, especialmente en el cuidado de las afecciones de la piel. La fuente, realizada en tradicional hierro forjado, se encuentra en un **mirador** construido en madera sobre el lecho del río, con magníficas vistas del entorno. Se trata de un espacio privilegiado para la observación de aves como patos, garzas, lavanderas y cuervos marinos que han encontrado aquí su hábitat.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal de mineralización débil, sulfurada, radioactiva, fluorada con iones predominantes de bicarbonato y sodio, muy blanda.



Temperatura  
y PH

37,3°C  
PH 8,47

Época termal  
Todo el año



Horario

Todos los días  
24h



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Afecciones dermatológicas y del aparato locomotor.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Baño parcial



## TARIFAS

Acceso gratuito



## OTRA INFORMACIÓN

Justo enfrente, en la orilla izquierda del río, se encuentra la fuente de Reza, cuyas aguas comparten características con las del Tinteiro, procedentes ambas de la misma veta. Se accede a ella a través del sendero peatonal del Paseo de las Ninfas.

Transporte público: Línea 19  
(Tren de las Termas)



## FUENTE DE O TINTEIRO



Paseo do Tinteiro s/n  
OURENSE



42.352182 (N)  
-7.883366 (O)



Tel: (+34) 988 366 064



turismo@ourense.es

[www.turismodeourense.gal](http://www.turismodeourense.gal)

 capitaltermal

 capitaltermal



# Ponteareas y su comarca



# Ponteareas y su comarca

Ponteareas, localidad de O Condado- A Paradanta, está situada a lo largo de la orilla del **río Tea**.

24 parroquias conforman el Ayuntamiento de Ponteareas. El río Tea y su red de afluentes riegan el territorio. Estas tierras, pobladas desde antaño, tienen vestigios prehistóricos, castreños, románicos y medievales, y una gran riqueza paisajística.

Las primeras personas que la poblaron vivían a la orilla del río Tea, del que obtenían alimento. Con el paso de los siglos, se fueron desplazando a lugares estratégicos y elevados que les permitían vigilar su territorio. Es el caso de numerosos castros que encontramos en Ponteareas, donde destaca el Castro de Troña, declarado BIC en 2009.

La civilización romana también dejó su huella en el municipio. Durante la Edad Media, el castillo de Sobroso fue escenario de luchas familiares, como las protagonizadas por Doña Urraca. En 1483 los Reyes Católicos le dieron la concesión de feria franca al conde de Salvaterra, a quien se le otorga el convento de S. Diego de Canedo, en el que vivió la menina María Agustina Sarmiento de Sotomayor.



A finales del s. XIX, Ponteareas vivió unas décadas de oro en las que se llegaron a construir edificios importantes de la localidad, como son la iglesia de S. Miguel, la Casa Consistorial, la fábrica de Curtidos Garra, la cual hoy en día alberga en su interior la Biblioteca y el Museo Municipal.

Las primeras referencias a la fiesta más importante de la localidad datan del año 1856. Hablamos del Corpus Christi, fiesta que se caracteriza por la elaboración de grandes tapices de flores que adornan las calles de Pontearreas. Esta fiesta, a la que acuden visitantes de todos los lugares, fue declarada Fiesta de Interés Turístico Internacional en el año 2009.



## PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Museo Municipal
- Casa Consistorial
- Pilas bautismales
- Iglesia parroquial de San Miguel Arcanxo
- Fuente de A Fama
- Puente de Os Remedios
- Puente de As Partidas
- Puente de O Cabalón
- Senda del río Tea
- Playa fluvial de A Freixa
- Castro de A Croa (Ribadetea)
- Citea (Centro de Interpretación del río Tea)
- Monte de O Galleiro (Padróns)
- Senda del río Uma
- Ruta de Senderismo PR-G 120 "Roteiro dos Penedos da Picaraña"
- Ruta de Senderismo PR-G 132 "Ruta dos Montes de San Cibrán"
- Mirador y Observatorio Nocturno de San Cibrán
- Castillo de Sobroso
- Castro de Troña
- Convento de Canedo
- Iglesia de San Pedro de Angoares
- Iglesia de San Cibrán de Paredes
- Iglesia de San Salvador de Padróns
- Iglesia de Santo Estevo de Cumiár
- Pinturas de la iglesia de Prado
- Molinos de Couso
- Conservatorio Municipal (Antigua Escuela Graduada, de 1916)
- CIFP A Granxa, en Areas (Antigua Casa de Boa Vista)



## ALOJAMIENTOS



# Mondariz-Balneario

Una pequeña Villa con fuerte personalidad, equipada con una gran infraestructura y con magníficos servicios. **Mondariz-Balneario** estimulará todos tus sentidos y olvidaras las masificaciones, el estrés y la contaminación.

Podrás disfrutar de su magnífico campo de Golf, de deportes como la hípica o el tenis y de preciosas sendas en espacios naturales protegidos. Saborea su deliciosa gastronomía y disfruta de su naturaleza, su arte y larga historia ligada al agua. Historia encabezada por uno de los balnearios más galardonados del continente europeo, que atrajo a nombres tan ilustres como el Sultán Muley Hafid, Rockefeller III, Emilia Pardo Bazán, Emilio Castelar, Isaac Peral y otros muchos enamorados de todas sus ventajas.

Hoy esta preciosa villa es un lugar tranquilo, sus edificios tienen personalidad y son reflejo de su gran historia. Un lugar de tertulias sosegadas y regatos cantarines. Donde el tiempo no pasa y el agua se convierte en arte y el arte es leyenda.





Edificios de interés histórico en la plaza de los Fundadores

- **Gran Hotel.**

Diseñado por Jenaro de la Fuente, su construcción no se termina hasta 1898. El edificio estaba decorado con sedas da casa Liberty de Londres, y lunas de Pereantón de Madrid

- **La Baranda.**

Obra del arquitecto Antonio Palacios. Llegó a albergar diferentes tiendas y una sala de teatro con capacidad para 400 espectadores. Este edificio forma parte actualmente del Balneario de Mondariz.

- **El Sanatorio.**

La idea de D. Sabino Enrique era realizar un edificio que sirviese para cubrir las necesidades de salud de los y las visitantes a través del agua, dotándolo de sistemas de hidroterapia. Los diseños fueron realizados por Antonio Palacios. Su obra no se concluyó. En la actualidad fue remodelado y hoy este edificio pertenece al Balneario de Mondariz.



Otros lugares de interés:

- **Bosque del Gran Hotel**, con sus jardines y la capilla de Nosa Señora do Carne.

- **San Pedro**, coa área recreativa de O Xabriña, el dolmen de Tres Cruces y la capilla de San Pedro.

## BALNEARIO DE MONDARIZ

Balneario de Mondariz

Aunque el uso de las aguas es remoto, probablemente desde la época de la romanización, se puede decir que la historia del **Balneario de Mondariz** comienza en 1873, cuando las aguas de sus manantiales son declaradas de utilidad pública a iniciativa de los hermanos Enrique y Ramón Peinador. En 1872 la familia Peinador adquiere los terrenos de donde surgen sus aguas y en las primeras décadas forman una empresa orientada cara el termalismo de elite.



El creciente número de agüistas y el prestigio alcanzado por las aguas obliga a crear un nuevo edificio, el **"Gran Hotel"**, inaugurado en 1898 y encargado a Don Genaro de la Fuente. Además, en las primeras décadas del siglo XX el arquitecto Antonio Palacios realiza la remodelación de la Fuente de Gándara y la Fuente de Troncoso, así como la construcción del edificio "La Baranda", donde está el balneario actual.



Entre finales del siglo XIX y principios del XX se convierte en uno de los balnearios más importantes de España. La Guerra Civil es el punto de inflexión, que culmina con el incendio del Gran Hotel en 1973. En los años 80 empieza su reconstrucción y se convierte en una tradicional villa termal adaptada al siglo XXI.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Enero - Junio / Octubre - Diciembre  
L, M, Mi, J: 15:30h - 21:30h · V: 16:00h - 00:00h  
S: 10h - 14h · 16h - 00h D. y festivos: 10h - 14h - 16h - 22h

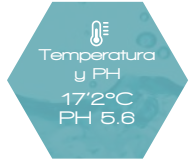
Julio - Septiembre  
L, M, Mi, J: 16:00h - 22:30h · V: 16:00h - 00:00h  
S: 10h - 14h · 16h - 00h D. y festivos: 10h - 14h - 16h - 22h

Agosto  
L, M, Mi, J: 12h - 14h / 16h - 22h · V: 12h - 14h / 16h - 00h  
S: 10h - 14h · 16h - 00h D. y festivos: 10h - 14h - 16h - 22h



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipotermal, bicarbonatada sódica, radioactiva, carbogaseosa.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Están indicadas para problemas del aparato locomotor, respiratorio, endocrino, para combatir la tensión y la obesidad y para tratamientos estéticos.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

Todos los tratamientos de aplicación de estas aguas mineromedicinales se proporcionan dentro de las instalaciones del Balneario, y van desde TÉCNICAS HIDROTERMALES (inmersión en bañeras, aplicación de chorros, duchas, etc), TERAPIA RESPIRATORIA (inhalaciones, aerosoles, etc), FANGOTERAPIA (parafangos, algas, limos, etc) o técnicas de BELLEZA FACIAL Y CORPORAL.



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

El hotel, de cuatro estrellas, dispone de 194 habitaciones, que incluyen 6 suites y la espectacular suite del Mirador situada en el torreón. Cuenta con 2 piscinas al aire libre (abiertas durante los meses de verano) y una piscina cubierta cuyo uso es terapéutico, tanto de forma individual como colectiva (abierta todo el año).



## BALNEARIO DE MONDARIZ



Avda Enrique Peinador, s/n  
36890 Mondariz Balneario  
PONTEVEDRA



42.227371 (N)  
- 8.465793 (O)



Tel: (+34) 986 656 156



area.medica@balneario-  
demondariz.com

www.balneariodemondariz.  
com

## FUENTE DE GÁNDARA

Gran Hotel Mondariz



El manantial de la **Gándara** fue descubierto en el 1872 por Sabino Enrique. Las primeras obras para su análisis y acondicionamiento permitieron comprobar que había restos de caños que hacían suponer la existencia de anteriores explotaciones. La fontana se colocó en un lugar espacioso, limpio y de fácil acceso y con el tiempo se construyó una fuente de hierro fundido y una cubierta realizada por el taller de Antonio Sanjurjo Badía.

Se cercó con una reja de hierro y se contrató a una persona para que administrara las aguas en vasos graduados a los enfermos. Para darle una apariencia acorde con el Gran Hotel se realizó una remodelación. Este proyecto fue encargado por los Sres. Palacios y Otamendi y en él se destacaban dos partes claramente diferenciadas; una destinada a la fábrica de embotellado y otra para tomar las aguas.

El edificio tenía una altura de 28 metros y se remataba con una cúpula de bronce y cristal apoyada sobre numerosas columnas. La Fuente de Gándara será el símbolo del balneario a partir de entonces, convirtiéndose en un lugar de culto a la salud.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipotermal, mineralización media, bicarbonatada, sódica, radioactiva, carbogaseosa.



Temperatura  
y PH

17,2°C  
PH 5.6

Época termal  
Todo el año



Horario

Todos los días  
24h



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Sus aguas se utilizan para curas terapéuticas en bebida, debido a su excelente poder diurético y digestivo.

- Problemas digestivos:  
Estados dispépticos, gastritis, insuficiencias hepáticas leves, procesos hepáticos crónicos.
- Alteraciones del metabolismo:  
Prevención y mejora de estados diabéticos, hipercolesterolemias e hiperuricemias, prevención y mejora de factores de riesgo cardiovascular.
- Afecciones del sistema urinario:  
Litiasis úricas.



## TARIFAS

Acceso gratuito.



## OTRA INFORMACIÓN

Está abierta al público y disponible para cualquier visitante.



## FUENTE DE GÁNDARA



Avda Enrique Peinador, s/n  
36890 Mondariz Balneario  
PONTEVEDRA



42.227371 (N)  
- 8.465793 (O)

## FUENTE DE TRONCOSO

Ayuntamiento de  
Mondariz Balneario

Fue descubierta por D. Domingo Blanco Lage en 1862. El párroco se dedicaba a buscar fórmulas y recetas para curar a sus feligreses. Cuenta la leyenda que un enfermo le solicitó un tónico para paliar sus problemas estomacales y que este le aconsejó beber el agua de la **Fuente de Troncoso**, y el hombre se curó. D. Domingo mandó analizar las aguas y al comprobar sus beneficios, mandó realizar obras de acondicionamiento del manantial construyendo un muro para proteger la fuente de las crecidas del río Tea. Una arqueta de cantería con un caño de hierro por donde manaban las aguas del manantial y una pila cuadrada de piedra que recogía el agua para que los enfermos se pudiesen bañar. En 1886, D. Enrique Peinador Vela obtiene la titularidad de la finca pero hasta 1905 no podrá realizar la explotación de sus aguas. Es a partir de este momento cuando se realizan reformas en la fuente. Recientemente es adjudicada al Ayuntamiento de Mondariz Balneario.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipotermal, mineralización fuerte, bicarbonatada, sódica, radioactiva, carbogaseosa.



### TARIFAS

Acceso gratuito.

### FUENTE DE TRONCOSO



Paseo do Tea  
36890 Mondariz Balneario  
PONTEVEDRA



42.22684 (N)  
-8.47401 (O)

# Salvaterra de Miño

El 24 de mayo del año 991, se firma el primer documento conocido, hasta el momento, que hace referencia al municipio. El monarca gallego, Bermudo II firma la cesión de numerosas tierras a la Iglesia de Santiago de Compostela, entre ellas "Lacedurium", primer término con el que se nombrará a Salvaterra.

En los siglos XI y XII se delimita la frontera con el nuevo reino de Portugal, sucediéndose décadas de intensas luchas con la fronteriza Salvaterra como enclave estratégico. De hecho, la reina Doña Urraca I de León paso largas estancias en este lugar durante los conflictos que surgieron en el año 1120 con su hermana Tereixa, por el dominio del Condado Portucalense. A finales del siglo XII, el rey Fernando II cansado de las incursiones lusas, promueve la creación de sistemas fortificados a lo largo del río Miño. Desde entonces, la villa pasa a denominarse "Salvaterra" haciendo alusión a su nueva condición defensiva.



Desde 1580, el territorio portugués estaba bajo las directrices de la corona española. El Imperio español empieza a descomponerse, algo de lo que se aprovechará Portugal que restaura su independencia en el año 1640 y proclama rey a João IV. Como ya sucediera siglos atrás, la barrera natural formada por el río Miño fue un punto estratégico destacado, construyéndose a ambos lados del río, pequeños puestos defensivos, fortalezas, e iniciándose el cercado de diferentes poblaciones.

A inicios del año 1643 el Conde de Castel-Melhor toma la villa y la denomina "Salvaterra de Portugal", dando comienzo así a lo que va a ser el periodo más largo de ocupación portuguesa. Es en ese momento, cuando se realiza una reconstrucción y una modernización de la muralla, donde el elemento más destacado son los baluartes, que eliminarán los puntos ciegos de la muralla y harán frente a las nuevas armas de artillería.

En el año 1659, después de los largos asedios a los que las tropas castellanas sometieron a los lusos, el recinto fortificado de Salvaterra fue reconquistado. El conflicto concluyó con el tratado de paz de 1668, devolviéndose las plazas ocupadas a sus antiguos dueños.

Fruto de la dilatada historia bélica de la villa, se conserva uno de los complejos amurallados más singulares del sur de Galicia, la Fortaleza de Salvaterra que ocupa una superficie aproximada de 9.700 metros cuadrados. Este conjunto histórico fue declarado BIC en el año 1949 y está rodeado de las murallas del siglo XVII que albergan en su interior el Castillo de Doña Urraca, la Casa del Conde, la Iglesia de San Lourenzo y la Capilla de la Oliva.



Puntos de interés turístico:

- **Fortaleza.** Declarada Bien de Interés Cultural en el año 1949, se considera una de las más impresionantes fortalezas de Galicia. A pesar de tener su origen en el siglo XII, la Fortaleza fue construida por los portugueses a mediados del siglo XVII.
- **Castillo de Doña Urraca.** De origen medieval, en la actualidad acoge el Museo de la Ciencia del Vino del Condado del Tea, uno de los más interactivos y didácticos de la península Ibérica.
- **Casa del Conde.** Mandada construir por el legendario Pedro Madruga, actualmente, forma parte de las instalaciones del Museo de la Ciencia del Vino.
- **Iglesia parroquial de San Lourenzo.** Erigida 1580 bajo los cánones de arte renacentista, en su interior destaca a talla del Santísimo Cristo de la Victoria (1733) en homenaje a la victoria sobre los portugueses en la reconquista de la localidad.
- **Parque de A Canuda.** Se trata de uno de los parques más extensos y frecuentados de Galicia. A parte de su atractivo enclave a la orilla del río Miño cuenta con gran número de instalaciones lúdicas.



# TERMAS MUNICIPALES DE TEÁNS

Ayuntamiento de Salvaterra  
de Miño

Las **Termas municipales de Teáns**, situadas en la parroquia salvaterrense de Oleiros, se consideran las caldas exteriores más grandes de toda Galicia. Conocidas y usadas por la vecindad desde la antigüedad, la primera vez de la que tenemos constancia en fuentes documentales fue en el "Tratado completo de las fuentes minerales de España" (1853) de D. Pedro María Rubio. Más tarde, cayeron en desuso hasta que en el año 2017, el Ayuntamiento de Salvaterra decidió recuperarlas para su uso público.



Inauguradas en el año 2019, estas caldas a la orilla del río Miño, cuentan con un recinto de más de 3.000 metros cuadrados provistos de instalaciones para el baño, zonas verdes y un parque público. El complejo consta de 4 pozas termales: 3 grandes de aproximadamente 140m<sup>2</sup> de superficie, con una profundidad de 0,60m y una poza pequeña de aproximadamente de 30m<sup>2</sup> de superficie y 1,40m de profundidad. Sus aguas minero-medicinales y termales son recomendadas para dolencias respiratorias, digestivas y dermatológicas.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Cloro: 1g/l con predominio de cloro y los cationes de sodio, calcio o magnesio.

Sulfatos: 1g/l con predominio de los sulfatos.

Bicarbonatos: 1g/l con predominio de bicarbonato.

Azufre: tienen azufre en más de 1mg/l.



Temperatura  
e PH

42°C

PH 7.3



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- **Cloro:** útiles para la regeneración cutánea.
- **Sulfatos:** útiles en dispepsias digestivas y discinesias biliares.

Época termal  
Todo el año

  
Horario

Verano (de junio a septiembre)

09:00h - 12:00h - 19:00h - 23:00h

(Los lunes permanecerá cerrado por mantenimiento de las instalaciones)

Invierno (de octubre a mayo)

10:00h - 13:00h - 17:00h - 21:00h

(Los lunes permanecerá cerrado por mantenimiento de las instalaciones)

- **Bicarbonato:** útiles en dispepsias e hiperclorhidrias.
- **Azufre:** útiles en procesos reumáticos, dermatológicos y respiratorios crónicos.



## TARIFAS

Acceso gratuito.



## OTRA INFORMACIÓN

Para más información ver página web del Ayuntamiento de Salvaterra.

[www.concellodesalvaterra.com](http://www.concellodesalvaterra.com)



## TERMAS MUNICIPALES DE TEÁNS



Teáns, s/n, Oleiros  
36450 Salvaterra de Miño  
PONTEVEDRA



42.0821 (N)  
- 8.4815 (O)



Tel: (+34) 986 65 81 26  
(+34) 986 65 80 82



[turismo@concellodesalvaterra.org](mailto:turismo@concellodesalvaterra.org)

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

ConcellodeSalvaterra

# Santa Maria da Feira



# Santa Maria da Feira

Con una oferta cultural diferenciada a lo largo del año, **Santa Maria da Feira** se descubre como un verdadero “Escenario de Experiencias”, donde el visitante es desafiado a vivir plenamente, el espíritu de los eventos e invitado a regresar siempre que la cultura tiene lugar.

El **Imaginarium**, Festival Internacional de Teatro callejero, el **Viaje Medieval en Tierra de Santa Maria** y **Perlim**, Parque temático de Natal, son los principales eventos culturales de referencia que potencian la oferta turística de la Región Norte.

Con rituales que perduran en el tiempo, la **Festa das Fogaceiras** es una de las mayores manifestaciones religiosas del Norte de Portugal y la festividad más reconocida del municipio de Santa Maria da Feira. Conmemorada, todos los años el 20 de enero (Festivo Municipal), cumpliendo la promesa hecha al mártir S. Sebastião en 1505, de ofrecer *fogaças* a los necesitados, y se caracteriza por las icónicas *Fogaceiras*, niñas que transportan la *fogaça* sobre la cabeza vestidas de blanco con fajas de colores a la cintura.



Santa Maria da Feira tiene **uno de los más bellos castillos de Portugal**, un centro de congresos de excelencia - el Europarque y el Cine Teatro António Lamoso escenario de una extensa y cualificada programación cultural anual.

Repletos de historia, los **espacios museísticos** del *Convento dos Loios*, el del Papel Tierras de Santa Maria y el de Santa Maria de Lamas invitan a experimentar, pudiendo disfrutar de una visita a la memoria y al testimonio de la herencia histórica y cultural del municipio; a la producción tradicional de papel, desde la fase manufacturera de producción “hoja a hoja”; y a la exposición del acervo particular del Comendador Henrique Amorim, destacando la colección de Arte Sagrada y de *Cortiça*.

Auténtico museo vivo, el **Zoo de Lourosa, Parque Ornitológico** proporciona un viaje único por el mundo salvaje de las aves, con una colección de 500 ejemplares de 150 especies distintas, distribuidas en 80 hábitats en cautividad.

A pesar de la cercanía a grandes centros urbanos, Santa Maria da Feira preserva una tranquilidad impar, que invita a una estancia más prolongada. En las **Termas de S. Jorge**, el visitante encuentra el refugio ideal para cuidar el cuerpo y la mente, estando especialmente indicadas para los tratamientos respiratorios, músculo-esqueléticos o de la piel.



Una visita a Santa Maria da Feira no queda completa sin un paseo por el centro histórico, donde se puede degustar las célebres *fogaças*, en muchos espacios comerciales de gran calidad.

Santa Maria da Feira - ¡Un Escenario de Experiencias!



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Castillo de Feira
- Museo Convento de los *Lóios*
- Museo del Papel Tierras de Santa Maria
- Museo de Santa Maria de Lamas
- Zoo de Lourosa - Parque Ornitológico



#### ALOJAMIENTOS



# TERMAS S. JORGE

Sociedade de Turismo  
de Santa Maria da Feira S.A.

En Caldas de S. Jorge se encuentra un refugio de salud y bienestar, bañado por el único Río Úrma:

las **Termas de S. Jorge**.

Con larga tradición termal, las Termas de S. Jorge, son una referencia del termalismo nacional. Aquí encontrará un ambiente de tranquilidad y armonía, donde poder recargar energía, recuperando el equilibrio físico y psíquico. ¡En este moderno espacio se conjuga salud, descanso y placer! Las innovadoras técnicas, unidas al seguimiento médico especializado y al amplio equipo de profesionales habilitados, ofrecen las mejores garantías de resultados para su salud.

Las Termas de S. Jorge están orientadas hacia las terapias reumáticas, músculo-esqueléticas, de las vías respiratorias y de la piel. Los programas están diseñados a medida del termalista, desde una óptica de prevención, promoción, rehabilitación de la salud o simplemente para relajación y bienestar.



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipotermal 23°, sulfatada sódica, bicarbonatada, clorurada, fluorada, elevado % de litio y sílica, fuerte reacción alcalina.



Temperatura  
y PH

23°C:  
PH 8.55



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Músculo-esqueléticas
- Respiratorias
- Piel

Época termal  
De febrero  
a noviembre



Horario

Lunes a viernes  
08:30h - 12:00h • 16:00h - 20:00h

Sábados y festivos:  
08:30h - 12:00h

Domingos:  
Cerrado



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- **Hidropinía:** Ingesta oral.
- **Técnicas ORL / Vías respiratorias:** Irrigación nasal, inhalación, nebulización, pulverización faríngea, aerosol.
- **Técnicas de ducha:** Ducha de chorro, circular, zonal, subacuática, pulverizada, ducha masaje tipo Vichy, ducha masaje tipo aix.
- **Técnicas de vapor:** Bertholaix, vapor de columna, vapor de manos y pies, sauna de vapor integral.
- **Técnicas de medicina física y rehabilitación:** masaje manual seco, termoterapia (parafangos).
- **Técnicas de inmersión:** Inmersión simple, corriente, hidromasaje simple, aerobaño, maniluvios, pediluvios, hidromasaje informatizado e hidropresoterapia.
- **Técnicas complementarias:** reeducación en el gimnasio, hidrocinesioterapia, piscina termal, contracorriente, drenaje linfático.



## TARIFAS

Cura



Bienestar





## OTRA INFORMACIÓN

- **Programas disponibles:** terapéuticos, promoción de salud y *dayspa* termal.
- **Termalismo pediátrico:** Las Termas de S. Jorge disponen de programas de termalismo pediátrico, famoso en un sector exclusivo para los más pequeños/en particular para los más pequeños, en el área respiratoria. Aquí, los más jóvenes encuentran la unión entre el componente terapéutico y el de bienestar, de la diversión y la importante dimensión de la pedagogía para la salud, materializado en la mascota "Gotinhas".
- **Spabado Termal:** En las Termas S. Jorge las tardes del sábado están exclusivamente dedicadas a los momentos de relajación y bienestar. ¡Una verdadera invitación para una primera experiencia termal!



## TERMAS S. JORGE



Sé, 4509-903  
Caldas de S. Jorge  
SANTA MARIA DA FEIRA



40.968501 (N)  
- 8.500645 (O)



Tel: (+351) 256 910 360  
Fax: 256 910 369



info@termas-sjorge.com  
www.termas-sjorge.com

 termassjorge

 termassjorge



# Terras de Bouro



# Terras de Bouro

Terras de Bouro: un Paraíso *Minhoto*.

El municipio de **Terras de Bouro**, situado en el distrito de **Braga**, es un municipio de montaña cuyo territorio se extiende por las sierras del **Gerês** y **Amarela** y por los valles de los ríos **Homem** y **Cávado**, formando 270 Km<sup>2</sup> de paisajes fascinantes.

De su historia destaca la presencia romana, siendo testimonio la "Carretera de la Geira" (Vía Romana XVIII) y sus marcos miliarios, reconocidos como Patrimonio Nacional. Se trata de un extraordinario complejo arqueológico romano que mantiene, prácticamente intactos, a lo largo de sus 30 kms, puentes, muros, casas y la mayor concentración de marcos miliarios grabados del Noroeste Peninsular, muchos de los cuales con inscripciones datadas entre el final del siglo I y el siglo IV d.C.



A nivel del patrimonio natural, Terras de Bouro está integrado en el **Parque Nacional da Peneda-Gerês**, poseyendo excelentes recursos naturales culturales y turísticos, destacando fundamentalmente la **Mata de Albergaria**, clasificada como Reserva Mundial de la Biosfera.

Anfiteatro gigante de la naturaleza, donde permanecen intactos los más puros recursos naturales, así como una fauna y flora variadas, sus parajes casi agrestes acogen caballos salvajes, jabalíes, lobos, tejones, nutrias, corzos y la célebre y rara águila real, así como miradores y cascadas de rara belleza.

El turismo de aventura tiene un importante papel en la región donde los paseos, excursiones, senderismo y equitación, así como los deportes de riesgo, ganan cada vez más adeptos. De igual modo, las albuferas de la *Caniçada* y de *Vilarinho da Furna* constituyen ambientes singulares en un paisaje de exuberante belleza natural. Por las potencialidades naturales y paisajísticas que las envuelven, estas albuferas aseguran condiciones privilegiadas de atracción turística, principalmente la albufera de la *Caniçada* con la práctica de deportes náuticos.



Su cultura ancestral es marcada por las tradiciones rurales, por los cantos y danzas populares, fiestas y romerías.

Conocer este municipio implica recorrer los senderos de los pastores y agricultores, apreciar la ruralidad de las aldeas y la artesanía local, revivir el pasado histórico y etnográfico en el Núcleo Museístico de *Campo do Gerês*, dormir en las casas de turismo rural o en los hoteles y alojamiento local, saborear la gastronomía, sentir el encanto del Parque Nacional de la *Peneda-Gerês* y de las albuferas de *Caniçada* y de *Vilarinho da Furna*, "curarse" en las villas termales del *Gerês* y de *Moimenta*, y vivir la fe del pueblo en la Basílica de *S. Bento da Porta Aberta*.



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Núcleo Museológico de Campo do Gerês
- Parque das Termas
- S. Bento da Porta Aberta
- Bom Jesus das Mós
- Stª Isabel do Monte
- Marina Rio Caldo
- Cascadas do Arado, Leonte y otras
- Trilhos pedestres en la senda de Miguel Torga
- Miradouro da Pedra Bela
- Geira - Vía Romana
- Embalse de Vilarinho da Furna, etc.



#### ALOJAMENTOS



# TERMAS DEL GERÊS

Empresa das Águas  
do Gerês, S.A.

Con referencias históricas que remontan la época de los romanos, conforme certifican monedas encontradas en las excavaciones cerca de las nascentes termas, es en el reinado de D. João V que se construyen en los primeros edificios para Baños, constituidos por tanques de granito abrigados en guardidas de piedra – Los Pozos-. En 1888 es visitada por sus majestades D. Luiz I y D. Maria Pia, D. Carlos I, entonces Príncipe real y su esposa D. Maria Amélia, Solo en 1897 se inició la construcción del primer Establecimiento Termal del Gerês.

Es, en consecuencia de la publicación, por el Dr. Ricardo Jorge, de diversos libros acerca de la eficacia de las Aguas del Gerês en el dominio de la cura de problemas hepato-biliares, del aparato digestivo y del aparato circulatorio, así como de problemas metabólicos-endocrinos, que se tuvo gran divulgación de las propiedades excepcionales de estas aguas.



Hoy el Establecimiento Termal, remodelado y reequipado, y el nuevo Spa, están dotados de las más modernas técnicas termales y de bienestar, dando la posibilidad de responder a las expectativas de los Termalistas que las que frecuentan, y adecuarse a la creciente búsqueda en el área del Turismo de Salud, Belleza y Bienestar.

Época termal  
1 mayo a  
31 octubre

  
Horario

Todos los días:  
07:00h-13:00h • 15:30h-20:00h  
(el horario podrá cambiar según la época  
o el número de termalistas)

De esta forma el Establecimiento crea nuevas vallas, donde se destaca la Piscina Dinámica, las duchas de Cuba, Pulverización y Secuencial 3 esencias y una amplia zona de gabinetes de Masaje y Estética termal, así como un moderno Gimnasio. Se crearon también diversas áreas de servicios y comercio.

Todo este conjunto modernamente edificado constituye, hoy, un gran Complejo Turístico-Termal localizado en el corazón del Parque Nacional Peneda-Gerês, una de las 7 "Maravillas de Portugal".



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal, bicarbonatada sódica, hiposalina, lítica, elevado contenido en sílice, fluorada (de las más fluoradas de Europa).



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- Problemas de hígado
- Problemas de la vesícula biliar
- Obesidad
- Diabetes
- Hipertensión arterial
- Reumatismos crónicos
- Metabolismo



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Ingesta de agua
- Baños de inmersión
- Aero baños
- Hidromasaje computerizado
- Ducha de chorro escocés
- Ducha circular
- Ducha sub-acuática
- Ducha masaje Vichy
- Sauna y baño turco
- Masaje terapéutico
- Drenaje linfático
- Presoterapia
- Vacuoterapia
- Ultra sonidos
- Diatermia
- Hidrocolator
- Inhalaciones
- Nebulizaciones
- Gimnasio Cardio - Fitness
- Piscina dinámica
- Ducha bitérmica de 3 esencias
- Ducha Cuba
- Ducha Blue de pulverización
- Masajes de piedras volcánicas
- Masajes drenantes
- Masajes reductores
- Tratamientos anticelulíticos y tonificantes
- Shiatsu
- Masaje con velas aromáticas
- Exfoliaciones corporales
- Envolvimientos de algas
- Tratamientos Beauty & Care



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

Los tratamientos de 14 días de duración incluyen 2 consultas médicas: acompañamientos de un médico durante todo el tratamiento termal; inscripción en las termas; principal tratamiento del Gerês.



\*\*\*

## TERMAS DEL GERÊS



Av. Manuel Francisco da  
Costa, 136  
4845-069 GERÊS



41.728948 (N)  
- 8.161668 (O)



Tel: (+351) 253 390 190



termas@aguasdogeres.pt  
www.aguasdogeres.pt

aguasdogeres

# TERMAS DE MOIMENTA

CTM - Complexo Termal da Moimenta, LDA

Situadas en la ciudad de Terras de Bouro, a 12 km de la puerta del PNPG en pleno corazón del Parque Nacional de la Peneda Gerês, envueltas en tranquilidad y bienestar, las Termas de Moimenta son una nueva realidad en el sector del Termalismo Nacional, equipadas con modernosequipos, con el fin de garantizar y proporcionar los mejores resultados en los tratamientos. Las propiedades curativas de las aguas sulfúreas de las Termas de Moimenta son conocidas por el pueblo de Terras de Bouro hace varias décadas.

Cuenta el pueblo, que hace más o menos 80 años, unas niñas vecinas del pueblo contrajeron la lepra y, con vergüenza, dejaron de ir al colegio. Como en aquella época había pocos medicamentos y eran muchas las dificultades, principalmente para ir al médico, los padres acudieron al farmacéutico pidiendo ayuda. Fue entonces cuando el farmacéutico sabiendo de los poderes curativos de esta agua, les aconsejó comprar azufre en polvo y mezclarlo con agua haciendo una papilla y colocarla en las heridas. Los padres así lo hicieron y, al pasar varios días, las niñas se curaron.



Después de la compra de los terrenos donde nacía el agua de azufre los nuevos propietarios empezaron a oír innumerables historias de los poderes curativos de esta agua, fue entonces cuando decidieron investigar.

Época termal  
De mayo  
a octubre

  
Horario

Todos los días:  
09:00h - 13:00h • 15:00h - 19:00h

Después de las primeras excavaciones, Antonio Martins encontró a tres metros de profundidad, una roca que, en el centro tenía un orificio del cual brotaba, burbujeante, dicha agua con poderes curativos. Decidieron enviar a analizar el agua con el fin de verificar si las historias y rumores que oían tenían o no algún fundamento.

Con los resultados de estos análisis se comprobó, posteriormente, que estas aguas poseían propiedades medicinales. Fueron, entonces reuniendo esfuerzos por parte de los promotores para avanzar con el proyecto de creación de las nuevas Termas en la Ciudad de Terras de Bouro.

Las Termas de Moimenta poseen un agua con elevada estabilidad química y de explotación artesanal. "(...) destaca la singularidad de esta agua al contener en su composición una serie de decenas de mg/l, Cério en su composición residual. Se trata de un elemento del grupo de las Tierras Raras, grupo que no se encuentra en ninguna de las aguas sulfúreas que nosotros hemos analizado (...)" INETI Relatorio nº5/H/2006, página 8, o sea, de todas las aguas analizadas por el INETI el Cério potencia el efecto bactericida. Este componente que contiene el agua de Moimenta, ayuda a cicatrizar más rápido heridas eventuales.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Sulfúrea, bicarbonatada, sódica, fluoretada, cloretada y silicatada.



### INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

• **Problemas crónicos y alergias de las vías respiratorias:**

Sinusitis, rinitis, adenoiditis, amigdalitis, faringitis, laringitis, bronquitis, asma bronquial, etc.

• **Dolores reumáticos:**

Degenerativas/osteoartritis: columna (espondilobartrosis), rodilla, manos, pies.  
Inflamatorias/reumatismo: espondilitis, artritis, reumatismos, neuralgias/ciáticas, tendinitis.

• **Alergias de la piel:**

Eczemas crónicos, urticaria crónica, seborrea, hidrata la piel, etc.





## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- Balneoterapia
- Baños con hidromasaje informatizada por programas
- Sistema de masaje secuencial para incrementar los beneficios de la hidroterapia que después de 5 minutos de uso promueve una sensación de bienestar, alivio del dolor y relajación del cuerpo.
- Programa de inmersión con burbuja de aire: problemas de columna, espaldas frágiles, piernas frágiles, relax, adelgazante.
- Duchas: masaje tipo Vichy local, parcial, general, masaje tipo aix, masaje subacuático localizado en hidromasaje, masaje de relax con aceites esenciales.
- Vapores, vapor a la columna, vapor a las extremidades
- Inhaloterapia (ORL)
- Pulverización faríngea
- Nebulización
- Irrigación nasal



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

Prevista, a corto plazo, la apertura del complejo durante más meses.



## TERMAS DE MOIMENTA



Av. D. Manuel I, 18  
4840-100 Moimenta  
TERRAS DE BOURO



41.7147 (N)  
8.3146 (O)



Tel: (+351) 253 353 217 /  
968 268 724



geral@  
termasdamoimenta.com

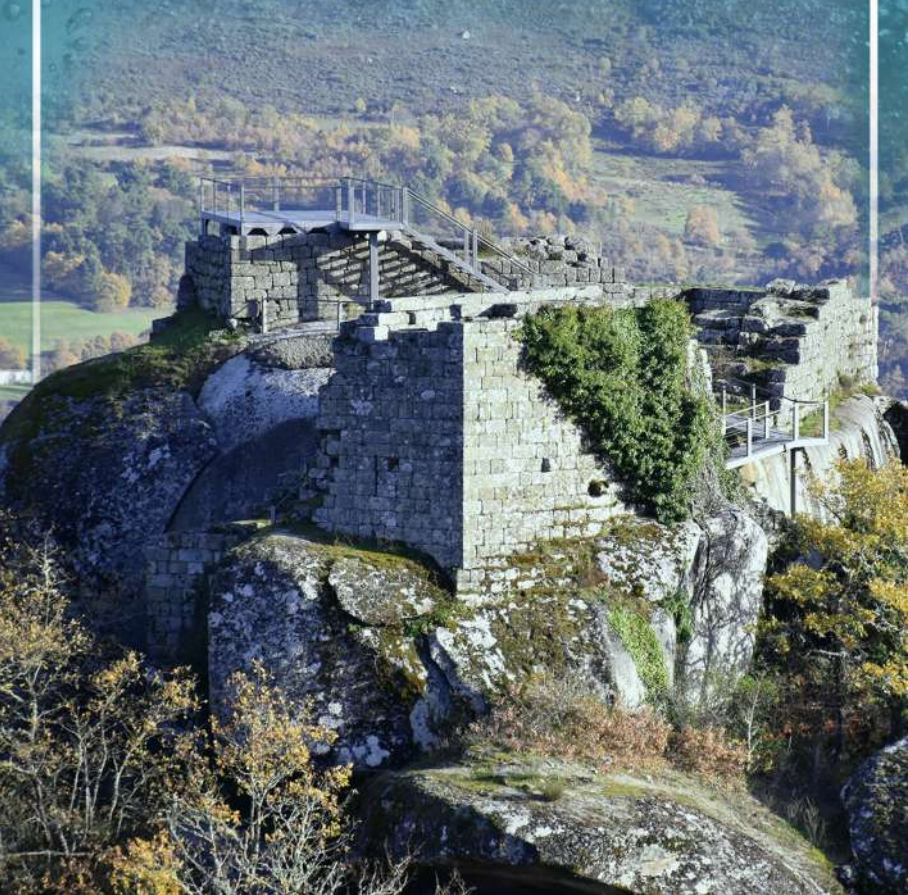
www.termasdamoimenta.com



termasdamoimenta



# Vila Pouca de Aguiar



# Vila Pouca de Aguiar

El municipio de **Vila Pouca de Aguiar** se sitúa en el Norte de Portugal, en la región del Alto Tâmega. Enclavada en una de las regiones con el relieve más accidentado del país, donde predominan las planicies con valles encajados. Dividido por varios ríos y regatos, con aguas de excelente calidad. De ahí nace su gran riqueza natural, con ecosistemas bien conservados y protegidos por la acción del hombre.

Su abundante vegetación y, sobre todo, su diversidad, crea paisajes de una rara belleza. De hecho, cerca de un tercio de la superficie del municipio está protegida, incluida en el **Sitio Alvão-Marão** de Red Natura 2000.



Desde tiempos ancestrales hay presencia humana en el territorio, relacionándose directamente con la explotación de los recursos naturales proporcionados por la región a lo largo de los dos mil años de su ocupación: el granito, el oro y las aguas minerales.

Inevitablemente, estos recursos fueron el motor de las sociedades que se fueron sucedieron: si el hombre primitivo dejó en el paisaje, hasta nuestros días, su arquitectura fúnebre en granito (dólmenes, antas) en la época áurea del Imperio Romano desarrolló, en Tresminas, una de las mayores exploraciones de oro a cielo abierto de la Península Ibérica, con grutas minerales, galerías subterráneas y canales de agua, que aún se pueden visitar a día de hoy.

En la Edad Media el Castillo Roqueiro de Aguiar de Pena ganó importancia, y la Tradicional Feria de las Cebollas anual tuvo aquí sus inicios. Los siglos XIX y XX trajeron nueva vida a la tierra, con la investigación comercial de las **Aguas de Pedras Salgadas**, y el gran Parque Termal, así como el regreso de la investigación mineral del Oro (en Jales) y de los granitos ornamentales (en *Pedras Salgadas e Telões*).

Además de poseer un apreciado patrimonio histórico, cuyos vestigios, que todavía están bien conservados, permiten al visitante interpretar y conocer la Historia de **Vila Pouca de Aguiar**, aliándose con su espectacular paisaje, este municipio posee una fuerte identidad, marcada por los usos y costumbres tradicionales que se reflejan en su gastronomía, artesanía y en la personalidad de sus gentes.



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Parque Termal de *Pedras Salgadas*
- Tresminas
- Centro Hípico de *Pedras Salgadas*
- Museo Municipal Padre José Rafael Rodrigues
- Complejo Minero Romano
- Castillo de Aguiar
- Laguna do Alvão



#### ALOJAMIENTOS



# PEDRAS SALGADAS

## SPA & NATURE PARK

VMPS, Águas e Turismo S.A.

A una hora en coche de la ciudad de Porto, *Pedras Salgadas Spa & Nature Park* propone estancias en modernas Eco Houses y la oportunidad de comprobar los beneficios de un Spa Termal que se encuentra alojado en un edificio recuperado, del siglo XIX, donde nació el balneario de las antiguas Termas de *Pedras Salgadas*. El poder de las aguas, sus fuentes y la belleza natural del parque, son algunas de las mayores valías de este nuevo destino de ocio, que se presenta en plena armonía con la naturaleza para complacer a todas las generaciones.

El Spa Termal de *Pedras Salgadas* fue recuperado por el Arquitecto Álvaro Siza Vieira que devolvió al espacio el carisma de otros tiempos. Una estética depurada, el aprovechamiento de la luz natural y las amplias ventanas, destacan en el diseño moderno que ganaron los interiores del edificio *art Nouveau*.

La naturaleza está presente en la esencia del SPA TERMAL. El poder terapéutico del agua natural gaso-carbónica de *Pedras Salgadas*, reconocido hace mucho tiempo por la comunidad científica nacional e internacional, es utilizado en el amplio abanico de tratamientos de salud y bienestar. A través de nuevos conceptos, métodos y equipos, las terapias disponibles pretenden renovar el espíritu del turismo termal.



### COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipersalina, gasocarbónica, bicarbonatada, sódica.



Temperatura  
y PH  
18°C  
PH 6.3

Época termal  
Todo el año



Horario

Todos los días:  
10:00h-19:00h



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

- **Afecciones metabólico-endocrinas:** Diuréticas, con acción sobre la tensión arterial.
- **Afecciones del aparato digestivo:** Tiene efecto sobre el aparato digestivo, digestiones difíciles, acidez, estreñimiento.
- **Afecciones del aparato respiratorio:** Asma y bronquitis crónica.
- **Afecciones reumáticas y músculo-esqueléticas:** Dolencias osteoarticulares (reumatismos), osteoporosis.



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

- 14 cabinas de tratamiento (incluyen 5 hidroterapias y 2 salas dobles)
- Piscina interior con circuito de chorros
- Baño turco (*Hammam*)
- Sauna
- 2 Salas de relajación
- Ducha de masajes, hidromasaje, duchas de chorros y aerosoles
- Masajes, tratamientos faciales, tratamientos corporales, depilaciones, manicura y pedicura.
- Programas termales y programas de bienestar



### PEDRAS SALGADAS SPA & NATURE PARK



Parque de Pedras Salgadas  
5450-140  
PEDRAS SALGADAS



41.546818 (N)  
-7.605554 (O)



Tel: (+351) 259 437 140  
Fax: (+351) 259 437 149



spa@  
pedrassalgadaspark.com

www.pedrassalgadaspark.com



## TARIFAS



## OTRA INFORMACIÓN

El SPA TERMAL está abierto a los huéspedes y a clientes externos, durante todo el año.





Vizela



# Vizela

**Vizela** se encuentra en el distrito de Braga. Se extiende por un área de 24km<sup>2</sup>, está formado por 5 *freguesías* y tiene cerca de 24 mil habitantes. El nombre del municipio proviene del nombre del río que se relaciona con la ciudad y que la atraviesa, el Río Vizela.

El nombre Vizela es un diminutivo del nombre Ave que viene del latín "Avicella". En la Plaza de la República, en 1787, se encontraron los primeros vestigios de las antiguas termas construidas por los romanos. La identidad del municipio se relaciona con la historia y espacios dedicados al uso de las aguas termales. Las nacientes eran aprovechadas por los Celtas de Lusitania, pero fueron los Romanos quienes dejaron una marca significativa en el uso de esta agua "milagrosa". Fue este pueblo que más marcó este lugar, con el descubrimiento de las propiedades medicinales de las **aguas termales**, así como la construcción de infraestructuras para uso de la misma por la comunidad. Existen opiniones de expertos que consideran las aguas de Vizela como de las mejores aguas sulfurosas calientes del país.

Otro rasgo relevante de este pueblo fue el **Puente Romano**, parte de la vía militar romana que unió Braga con Mérida. En el Jardín Manuel Faria, la "sala de visitas" de la ciudad, vemos la estatua alegórica, "Vizela Romana", que simboliza el origen romano de las Termas de Vizela, del pintor vizelense José Pereira da Costa y reproducida en estatua por el escultor portuense João Barata Feyo.



Entre 1361 y 1408, a estas tierras les dio la autonomía el rey de Portugal. En 1372, la alianza militar más antigua del mundo fue firmada en Tagilde - Tratado de Alianza anglo-portugués con el rey portugués D. Fernando y el Duque de Lancaster. Las instalaciones termales funcionan desde 1892.

En ese momento, Vizela vivía los “años dorados”. Lugar privilegiado para que las ricas colonias brasileñas e inglesas llevaran a cabo las actividades lúdicas que causaron que Vizela fuese conocida como “La Reina de las Termas”. Era una villa en auge, a la que el escritor Camilo Castelo Branco hizo referencia en sus libros retratando la relación entre las termas y la comunidad vizelense.

Durante este tiempo, también se ha creado **uno de los parques más bellos de Portugal**, se recuperó sin perder la elegancia de antaño. El parque fue construido entre 1885 y 1886, diseñado por el distinguido floricultor y horticultor José M. Loureiro y por el jardinero paisajista Jerónimo Costa. Este espacio es el “pulmón” de Vizela, debido a la vegetación, distinguiendo varias especies de árboles, algunas centenarias. En la cima del monte a 415 metros, se sitúa el Santuario de San Bento de las Peras. Desde los miradores se pueden observar hermosos paisajes. La ermita es del siglo XIV y la capilla reciente, abierta al culto en octubre de 1970.



Una visita a Vizela se completa con la prueba de sus delicias, cocina tradicional acompañada por el néctar de la región, el vino verde y el famoso “Bolinha”, dulce único en Portugal. Vizela se descubre conociendo los secretos de un valle lleno de saberes, sabores, placeres y tradiciones características.



#### PUNTOS DE INTERÉS TURÍSTICO

- Santuario *São Bento das Peras*
- Jardín Manuel Faria
- Parque de las Termas
- Museo de los Bomberos Voluntarios
- Puente Romano



#### ALOJAMENTOS



# TERMAS DE VIZELA

Tesal Explotacion SL  
Representación Permanente

Las primeras instalaciones de las **Termas de Vizela** surgieron en 1785. En el sito de la Lameira, actual plaza de la República, se construyó una barraca cubierta de paja, con escasas condiciones de higiene y salubridad. A pesar de todo, el aumento de la búsqueda de aguas termales llevó a la constitución de una sociedad comercial destinada a su explotación y organización.

Así, en 1873 se creó la Compañía de Baños de Vizela, dando inicio a la construcción del edificio principal de las Termas. En el año 1881, el balneario ya funcionaba, aunque las obras todavía no habían concluido. Durante muchos años, las Termas de Vizela fueron consideradas las mejores termas de Portugal. Mientras tanto, desde el último cuatrimestre del sig. XX, se asistió a un progresivo declive hasta el año 2012, fecha en la que el Grupo Tesal asumió la gestión del complejo termal.

Desde entonces, este grupo empresarial hizo una gran inversión en las Termas de Vizela, con el objetivo de convertirlas en una **referencia del termalismo portugués** del sig. XXI. Este proceso de remodelación fue concluido en julio de 2018 y consistió, esencialmente, en la reconceptualización de la parte terapéutica y en el desarrollo de nuevas áreas para el termalismo de ocio y bienestar (como un Hamman – Turkish Spa, único en el norte de Portugal, y un singular conjunto de piscinas – lúdica, de rehabilitación y con actividades deportivas).



## COMPOSICIÓN DEL AGUA

Hipertermal, mineralizada, sulfurada, sódica y fluorada.



Temperatura  
y PH

hasta 66°C  
con PH 9  
(alcalino)

Época termal  
Todo el año



Horario

Invierno

Lunes a viernes: 09:00h-12:30h · 14:30h-18:00h  
Sábado: 09:00h-13:00h

Verano

Lunes a viernes: 08:00h-12:30h · 14:30h-18:00h  
Sábado: 08:00h-13:00h

Los horarios pueden sufrir alteraciones no indicadas, pero se notificarán con anterioridad.



## INDICACIONES TERAPÉUTICAS Y PATOLOGÍAS ASOCIADAS

Las aguas termales de Vizela están indicadas en las siguientes patologías:

- Reumatológicas (artrosis, artritis, lumbalgia, entre otros)
- Respiratorias (sinusitis crónica, laringitis crónica, asma, otitis crónica, entre otros)
- Dermatológicas (dermatitis atópicas, eccemas, psoriasis, entre otros)
- Patologías de la vida actual (estrés, ansiedad, factores de riesgo cardiovascular, etc)



## TÉCNICAS TERMALES, TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS O DE BIENESTAR, OTROS SERVICIOS

### • Técnicas termales:

Irrigación nasal, pulveración, inhalación, chorro/ducha escocés, baño mineromedicinal, baño de burbujas, baño con hidromasaje, Vichy (local y general), aplicación local de fangos (de elaboración propia), balneocinesioterapia, vapor a la columna.

- **Técnicas complementarias o de bienestar:** Masaje terapéutico, drenaje linfático, masaje reductor y anticelulítico, masaje de relajación, reflexología podal, masaje facial, exfoliación corporal, fisioterapia reumatológica, hidroterapia, entre otras.



## TERMAS DE VIZELA



Rua das Termas , 37  
4815 416  
VIZELA



41.374131 (N)  
- 8.309452 (O)



Tel: (+351) 253 565 117



tesalvizela@tesal.com

www.tesal.com



termasvizela



## TARIFAS

Bajo consulta.



## OTRA INFORMACIÓN

Servicios disponibles para los termalistas y público en general.

AYUNTAMIENTO	BALNEARIO / TERMA	WEB
Amarante	Termas de Amarante	<a href="http://www.cm-amarante.pt">www.cm-amarante.pt</a>
Caldas de Rels	Bañeiriño Acuña	<a href="http://www.balneiriñoacuna.com">www.balneiriñoacuna.com</a>
	Bañeiriño Dóvila	<a href="http://www.balneiriñodovila.com">www.balneiriñodovila.com</a>
Carballo	Bañeiriño de Carballo	<a href="http://www.balneiriñoecarballo.com">www.balneiriñoecarballo.com</a>
Diputación de Lugo	Palas de Rei: Hotel Bañeiriño Oca Río Pambre	<a href="http://www.balneiriñoriopambre.com">www.balneiriñoriopambre.com</a>
	Pantón: BERIK Augas Santas	
Diputación de Ourense	Arnoia: Hotel Bañeiriño de Arnoia	<a href="http://www.caldaria.es">www.caldaria.es</a>
	Baños de Molgas: Hotel Bañeiriño Baños de Molgas	<a href="http://www.balneiriñodemolgas.com">www.balneiriñodemolgas.com</a>
	Cenlle: Hotel Bañeiriño de Laias	<a href="http://www.caldaria.es">www.caldaria.es</a>
	Cenlle: Termas de Barbantes	<a href="http://www.termasourense.com">www.termasourense.com</a>
	Cortegada: Bañeiriño de Cortegada	<a href="http://www.balneiriñodecortegada.com">www.balneiriñodecortegada.com</a>
	Leiro - Berán: Bañeiriño de Berán	<a href="http://www.termasourense.com">www.termasourense.com</a>
	Lobios: Hotel Bañeiriño de Lobios	<a href="http://www.caldaria.es">www.caldaria.es</a>
Guimarães	Taipas Termal	<a href="http://www.taipastermal.com">www.taipastermal.com</a>
Lugo	Bañeiriño de Lugo - Termas Romanas	<a href="http://www.balneiriñodelugo.com">www.balneiriñodelugo.com</a>
O Carballiño	Gran Bañeiriño de O Carballiño	<a href="http://www.balneiriñodecarballino.com">www.balneiriñodecarballino.com</a>
	Bañeiriño Caldas de Partovia	<a href="http://www.caldasdepartoviabañeiriño.com">www.caldasdepartoviabañeiriño.com</a>
Ourense	As Burgas	<a href="http://turismodeourense.gal">http://turismodeourense.gal</a>
	A Chavasqueira	<a href="http://www.termaschavasqueira.com">www.termaschavasqueira.com</a>
	Espazo Termal Muíño da Veiga	<a href="http://turismodeourense.gal">http://turismodeourense.gal</a>
	Termas de Outariz	<a href="http://www.termasoutariz.com">www.termasoutariz.com</a>
	Espazo termal de Outariz e Burga de Canedo	<a href="http://turismodeourense.gal">http://turismodeourense.gal</a>
Ponteareas y su comarca	Mondariz - Bañeiriño: Bañeiriño de Mondariz	<a href="http://www.balneiriñodemondariz.com">www.balneiriñodemondariz.com</a>
	Salvaterra de Miño: Termas municipais de Teóns	<a href="http://www.concellodesalvaterra.org">www.concellodesalvaterra.org</a>
Santa María da Feira	Termas de S. Jorge	<a href="http://www.termas-sjorge.com">www.termas-sjorge.com</a>
Terras de Bouro	Termas da Moimenta	<a href="http://www.termasdamoimenta.com">www.termasdamoimenta.com</a>
	Termas do Gerés	<a href="http://www.augasdogeres.pt">www.augasdogeres.pt</a>
Vila Pouca de Aguiar	Pedras Salgadas	<a href="http://www.pedrassalgadaspark.com">www.pedrassalgadaspark.com</a>
Vizela	Termas de Vizela	<a href="http://www.tesdl.com">www.tesdl.com</a>

DERMATOLOGÍA	SISTEMA DIGESTIVO	SISTEMA RESPIRATORIO	SISTEMA NERVIOSO	METABÓLICO ENDOCRINO	SISTEMA CIRCULATORIO	SISTEMA LOCOMOTOR REUMATOLÓGICOS	OTRAS INDICACIONES
		●				●	
		●					
		●					
●	●	●	●		●	●	
●		●	●			●	
●		●				●	
●	●	●	●			●	Tratamientos de belleza, procesos postquirúrgicos y postraumáticos
●	●	●	●		●	●	Estrés
●					●	●	Geriatría y pediatría
●						●	
●	●	●		●			
●	●	●				●	
●	●				●	●	Tratamientos antiestrés
●						●	
●		●				●	
●		●	●			●	Estrés, agotamiento mental y físico
●	●	●		●		●	
●	●	●	●		●	●	
●						●	
●						●	
●						●	
●						●	
●	●	●		●	●	●	
●	●	●		●		●	
●		●				●	
●		●				●	
	●		●	●	●	●	Mejora situaciones de estrés, sedentarismo, anorexia y depresión
	●	●		●		●	
●		●	●			●	Estrés, ansiedad, factores de riesgo cardiovascular...













**Interreg**  
Espanña - Portugal



Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional  
Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional



**EIXO ATLÁNTICO**  
DO NOROESTE PENINSULAR

