

Primavera 2012

PONTE EN LUGO

Cultura,
deportes, natureza,
lecer, gastronomía,
noite, moda e...
Lugo!

EN PRIMAVERA, PONTE EN LUGO

Cultura, gastronomía, deportes, natureza, lecer, moda... e unha programación especial en Semana Santa e nas pontes do 1 de maio e do Día das Letras Galegas.

Dos principais retos que debe afrontar o turismo de Lugo destacan dous: aumentar o número de visitantes e incrementar as pernoctacións. Para acadalo unha vía fundamental é ofrecer actividades que enchan de contido a súa estancia na cidade. Con este obxectivo desenvolvemos esta iniciativa que denominamos “En primavera, Ponte en Lugo”.

A primeira cita é nas vacacións de Semana Santa.

No mes de maio celebramos dúas festividades que van a ofrecer a posibilidade de dúas pontes festivas, o 1 de maio e o Día das Letras Galegas, e que constitúen unha boa oportunidade para ofrecer un programa de actividades que resulte atractivo aos visitantes.

Ponte do 1 de maio (días 28, 29 e 30 de abril e 1 de maio)

Ponte das Letras Galegas (días 17, 18, 19 e 20 de maio)



Lugo, única no mundo
A cidade máis antiga de Galicia pode presumir da única Muralla romana que conserva íntegro o seu perímetro. Dende que no ano 2000 a UNESCO declarou a Muralla monumento Patrimonio da Humanidade comparte este ben con todo o mundo. Un tesouro de máis de dous mil anos de historia te espera.

Cousas que facer en Lugo... Ducias de actividades para gozar da túa estancia na cidade da Muralla

- Visitas guiadas por Lugo.

As guías oficiais de turismo ofrecen rutas personalizadas, en varios idiomas, polos lugares máis emblemáticos de Lugo. Descubre cos seus percorridos guiados os recunchos con maior encanto, as vistas máis asombrosas e os costumes máis arraigados da cidade. Os usuarios da tarxeta LugoCard poden beneficiarse de ofertas especiais. Punto de saída das rutas: Praza do Campo

Contactos:

Mónica Díaz: 670 416 523

Ana María Quintás: 617 254 976

Bea Pérez: 606 425 591

Esther Acitores: 610 707 023

- Visitas guiadas ás Torres da Catedral

O Obispado de Lugo ofrece un programa pioneiro de visitas guiadas ás torres da Catedral. Está previsto que comece en primavera e se alongue ata o outono. Para máis información consultar co Obispado de Lugo no teléfono 982 231 143.

- **Excursións en Segway.** Esta nova modalidade de turismo activo ven de instalarse na cidade de Lugo e ofrece a posibilidade de descubrir os encantos de Lugo e os seus arredores dun xeito

divertido a través de excursións en Segway.

Contacto:

Seg Motion Emotion: 646608964

segmotionemotion@gmail.com

- Actividades en familia.

A poucos quilómetros de Lugo existe un paraíso onde habitan osos pardos, xabalíes, cebras e dromedarios nun fermoso bosque onde pequenos e maiores poden gozar da natureza, descubrir o hábitat de animais salvaxes e participar en actividades de lecer.

Contacto:

Marcelle Natureza: 982160211

En Lugo, contamos cun dos Parques Ornitolóxicos máis importantes de Europa e o único centro de cría de aves silvestres de Galicia: Avifauna.

Consulta tarifas y horarios en www.avifauna.net e en 982 242 053.

- Turismo deportivo.

Sendeirismo, running, ciclismo e BTT, patinaxe... ou un apacible paseo polos kilómetros do cinturón verde que rodea a cidade a carón dos ríos Rato e Miño. Percorrer as sendas recuperadas polo Concello de Lugo. Máis info: <http://www.lugoturismo.com/quevisitar/naturaleza/?pag=sendas>

- Turismo activo e de aventura.

Un xeito de descubrir as paraxes máis reconditas e fermosas do río Miño e dos bosques lucenses é a través das actividades de aventura. En Lugo podes practicar descenso de barrancos, espeleoloxía, sendeirismo e orientación, piragüismo e kayak, tirolina, e multiaventura.

Contacto:

-Proaventur: 982 435 290 / 669 812 659

www.proaventur.com

-Rocsport: 646 514 602 / 606 863 119

Un Lugo ao teu alcance



E A TI, QUE CHE APETECE?



Un Lugo ao teu alcance

Lugo ten máis de dous mil anos de historia e agocha moitos tesouros que descubrir. Entre unha ampla oferta de actividades podes atopar un Lugo a túa medida. Para novos e maiores, para vir en parella ou en familia, para os deportistas e os sibaritas, para os amantes da cultura e da gastronomía. Non o dubides, hai un Lugo para ti.

DEPORTE E NATUREZA



**Terras do
Miño, Reserva
da Biosfera**



- Pesca fluvial.

Goza de gran tradición en Lugo e, ademais, está vinculada a dous pratos tradicionais da nosa gastronomía como son as troitas e as lampreas. A tempada de pesca ábrese en primavera e pode resultar un atractivo para os afeccionados a esta práctica deportiva. Unha das actividades que se poden desenvolver para promocionar este deporte é a organización de talleres de engados e cebos naturais para a pesca da troita permitida na Orde do 28 de decembro de 2011 pola que se establecen as normas de pesca nas augas continentais da CCAA de Galicia durante a tempada de 2012. No Anexo IV desta orde recóllese o tramo fluvial no que se pode practicar pesca sen morte no municipio lucense e que se estende ao longo de 2,3 km no entorno do Caneiro do Vilar. Tamén no couto de Ombreiro pódese practicar a pesca sen morte e capturar troitas. Este couto exténdese 9,7 km entre a Presa do Piago (Outeiro de Rei) e a Presa da Acea do Rei Chiquito (Lugo), e tamén se autoriza a pesca de ciprínidos durante todo o ano no tramo comprendido entre a presa do Rei Chiquito e a Acea do Vilar.

Contacto: Federación Galega de Pesca Telf.: (+34) 982 21 62 21

Web: www.fgpesca.org

- Golf.

Lugo conta cun Club de Golf situado a sete quilómetros do centro da cidade, nun paraxe único a carón dos ríos Dorna e Villamouré, con grandes carballos centenarios e ao abrigo de bosques autóctonos que conforman a súa contorna e acrecentan a súa beleza. Cun trazado suave, sen grandes elevacións ou desniveles, que fan cómodo o percorrido, é un campo de dificultade media, perfectamente integrado na paisaxe. O campo foi homologado pola Federación Española de Golf en decembro de 1997 e o seu percorrido foi inaugurado en maio de 1998 e en 1999 foi distinguido co Premio ao Mellor Club de Golf Galego pola Xunta de Galicia.

Ofrece interesantes ofertas aos usuarios da tarxeta turística LugoCard.

- Contacto:

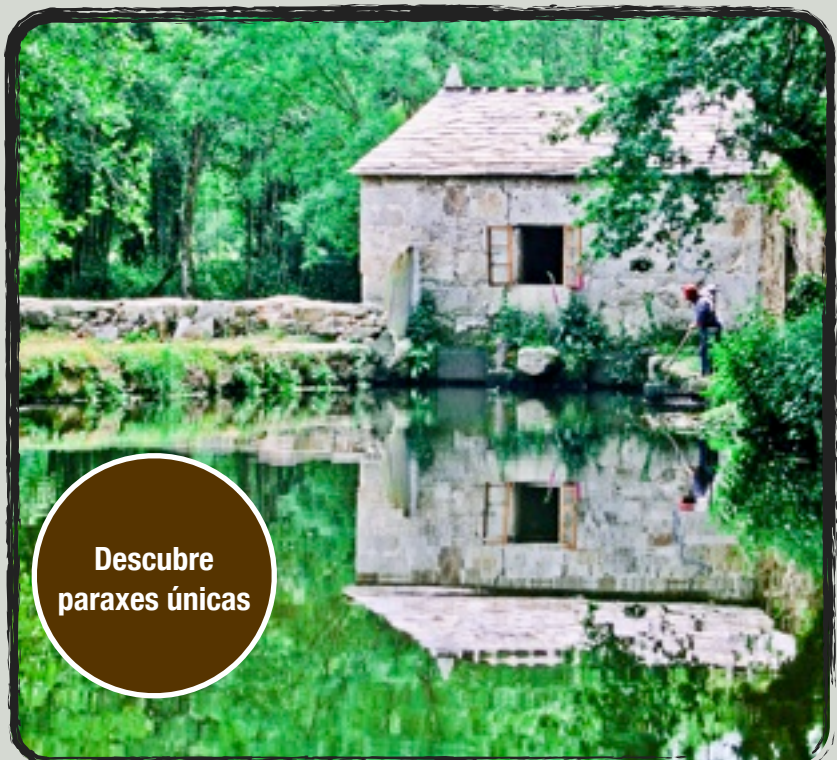
Club de Golf Lugo

Santa Marta de Fixós, s/n

27188 - Lugo

Tlf.: 982 176 314 / 636 478 538

Email: golfugo@golflugo.com



**Descubre
paraxes únicas**

TURISMO SOSTIBLE



Actividades
para todos



Turismo de natureza e avistamento de aves

O 7 de novembro de 2002 a UNESCO declara a parte central da provincia de Lugo (o primeiro tramo do río Miño) como Reserva da Biosfera "Terras do Miño", o que supón o máis elevado recoñecemento internacional á conservación das paisaxes, hábitats e especies da cunca alta dun río, na Rexión Atlántica Europea.

Dentro da Reserva da Biosfera atopamos unha ruta de sendeirismo accesible "Miño aberto, río abaixo. Reserva da Biosfera Terras do Miño". Trátase dun paseo delicioso a cinco minutos da Muralla e que constitúe un dos privilexios únicos de Lugo, xa que a cidade conta cuns arredores fluviais esplendorosos, esta ruta está valorada como familiar e é apta para todos os públicos, debido á súa baixa dificultade e ao feito de que é accesible para persoas de mobilidade reducida.

Recoméndase levar á man uns prismáticos xa que este tramo do río é o mellor miradoiro de aves do concello, corvos mariños, garzas, merlos que poden sorprender en calquera momento.

Os outros dous ríos da cidade son o Rato e o Mera. Arredor do río Rato hai un agradable paseo arborizado moi frecuentado polos lugueses. O río Mera crea unha das paisaxes impresionantes

coas galerías de árbores que forman as fragas durante o seu curso. O viaxeiro pode saír a pé do centro dunha cidade moderna, e en menos de media hora estar mergullado nun espazo no que sentirá un latexo especial, a ruta "O río dos Muíños".

Ademais de deixarse atrapar pola beleza única destes paraxes, o visitante ten acceso a unha completa oferta de instalacións onde ampliar os seus coñecementos dun xeito ameno e didáctico.

ACTIVIDADES DE NATUREZA EN:

- Aula da Natureza do Veral e Centro de Recuperación de Fauna Salvaxe do Veral.

Telf.: 982 207 705

- Centro de Interpretación Terras do Miño.

Telf.: 902 101 117

- Conxunto Etnográfico de A Fervenza.

Telf.: 982 150 610

- Observatorios ornitolóxicos nas lagoas de Cospeito, de Bardancos e de O Rei.

- Centro de Interpretación Avifauna.

Telf.: 610 522 435

www.avifauna.net

- Parque Marcelle Natureza.

Telf.: 982 160 211

www.marcelle.com



Descubre un
patrimonio
natural único

Turismo Termal e de Beleza

A gran vantaxe que ofrecen as termas de Lugo é a presenza de auga quente natural que nace dun manantial á temperatura de 43,8° C. A riqueza destas augas xa foi descuberta polos romanos, que xa lles atribuíron propiedades medicinais debido a súa composición en sulfurados-sódicos e bicarbonatos. Unha conxunción do pracer do baño e da curación das males do corpo que gozamos en Lugo dende vai máis de dous mil anos. Das antigas termas consérvanse restos visitables no Balneario de Lugo onde ofrecen aloxamento e tratamentos de beleza e termais.

En Lugo, ademais funcionan centros de spa que ofrecen distintos servizos.

Para máis información poden contactar en:

- Balneario de Lugo

www.balneariodelugo.com/

Barrio del Puente s/n

CP 27004 Lugo

Telfs.: 982 221 228 / 982 221 659

-Spa Gran Hotel de Lugo

www.gh-hoteles.com

Avda. Ramón Ferreiro, 21

27002 Lugo

Tel. 982 22 41 52

e-mail: ghlugo@ghhoteles.es

Comercio de Lugo

Lugo e conta cunha longa tradición comercial e son moitas as tendas de roupa, zapatos ou complementos que animan cos seus escaparates as rúas de Lugo. Atentos profesionais e produtos de gran calidade son as marcas da casa do comercio lucense. Ademais, de moda e deseño, atoparás artesanía galega, pois son moitos os artesáns lucenses que elaboran coidadas manufacturas de cestería, lá, madeira, prata, ou pedra, entre outros.

Precisamente, Lugo destaca pola riqueza e variedade dos produtos da terra e unha das experiencias máis interesantes que se poden vivir e acudir ao Mercado Municipal e a Praza de Abastos e comprobar a frescura e a calidade dos produtos en venda.

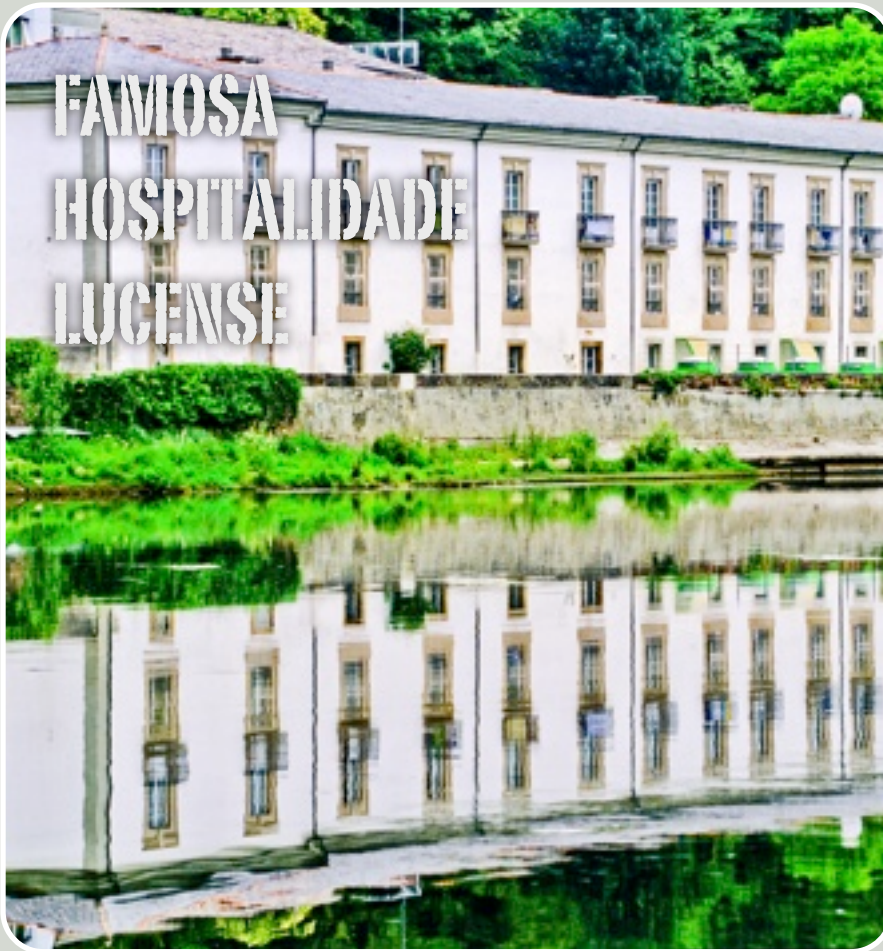
Moda,
artesanía e
deseño
lucense

DE TENDAS E TERMIAS



Produtos da terra

Lugo pode presumir dunha horta rica e abundante grazas a extensa zona rural. Os pequenos produtores venden no mercado municipal as súas froitas, verduras, carnes, queixos, mel... Da horta ao prato, o luxo de dispor os produtos de tempada. Non te perdas unha visita ao Mercado e á Praza de Abastos e descubre a riqueza dos nosos produtos.



Servizos hoteleiros de calidade

Para todos os petos, gustos e necesidades: en Lugo atoparás un aloxamento a túa medida. Instalacións de calidade, atención e servizos profesionais, e, sobre todo, a famosa hospitalidade de Lugo. A cidade que sempre ten as súas portas abertas.



Quédate en Lugo e descubre unha oferta hoteleira de calidade

Unha cidade bimilenaria como Lugo ten moito por descubrir, polo que merece a pena quedarse uns días e gozar de todas as actividades que ofrece. Elexir establecemento non vai entrañar ningunha dificultade, porque en Lugo vas atopar unha oferta hoteleira adaptada a todos os orzamentos, gustos e necesidades. Pensións, hostais, apartamentos turísticos, pequenos hoteis con encanto, casas rurais, hoteis... Todos fan honra da famosa hospitalidade lucense, a cidade que sempre ten as súas portas abertas, e ofrecen servizos de calidade.

Para máis información podes consultar www.lugoturismo.com/alojamentos ou preguntar na Oficina Municipal de Turismo.

Moitos destes establecementos ofrecen prezos especiais aos usuarios da tarxeta turística **LugoCard**. Non dubides en preguntar por estes interesantes descontos na Oficina Municipal de Turismo (Praza do Campo, 11) e no teléfono 982 297 347.

Ofertas especiais para a primavera

Ademáis, con motivo da campaña de promoción turística “En primavera, ponte en Lugo”, os seguintes establecementos deseñaron

ofertas especiais:

-**Hotel Balneario de Lugo:** Consulta as ofertas que renovan periódicamente en www.balneario.com ou no 982 221 228.

- **Hotel Méndez Nuñez:** consulta esta oferta no teléfono do hotel 982 230 711 ou na Oficina Municipal de Turismo (Praza Maior,11) 982 297 347.

-**Apartamentos Turísticos Ciudad de Lugo:** consulta esta oferta no teléfono do hotel 982 284 707 ou na Oficina Municipal de Turismo (Praza Maior,11) 982 297 347.

Ademáis, podes consultar as ofertas dos **paquetes turísticos** en www.sientegalicia.com



DESCUBRE UNHA GASTRONOMÍA ÚNICA



Premio á calidade extraordinaria

A gastronomía lucense quedou clasificada no terceiro posto no certame da Cidade Española da Gastronomía 2012. Este é un dos recoñecementos que recibiu nos últimos tempos que reforzan aínda máis a famosa lenda "E para comer, Lugo".



A boa gastronomía, é outro dos puntos fortes da cidade. Famoso é o lema "E para comer, Lugo" que fai referencia á exquisita gastronomía que se pode degustar nos numerosos restaurantes lucenses. Caracterízase pola sabedoría coa que os chefs locais souberon combinar a tradición secular coas tendencias máis actuais. Entre as principais razóns de éxito dos seus pratos está a magnífica calidade dos produtos autóctonos que ofrecen a terra e o mar.

Unha horta variada, carnes de primeira clase (como a Tenreira Galega, o Capón de Villalba, o porco celta ou as carnes de curral) e froitos do Cantábrico como sabrosos mariscos e peixes frescos, constitúen os ingredientes fundamentais das receitas máis famosas da capital. Resulta imprescindible probar pratos típicos como o caldo galego, lacón con grelos, o pulpo á feira, a carne ao caldeiro ou as

filloas con mel, entre outros moitos.

O viaxeiro sorprenderase coa tradición do tapeo. Xeracións de lucenses danse cita nos bares e nas tascas que se distribúen por todas as rúas da cidade para gozar dunha das experiencias cotiás que máis satisfacción ofrecen a nativos e a visitantes: compartir unha boa charla con amigos e familiares á vez que se degusta unha cunca de viño acompañada por unha saborosa tapa. Todos os que se achegan a calquera tasca ou bar da cidade gozan gratis dunha boa tapa coa súa consumición. A variedade de tápas é inmensa, poden ser quentes ou frías, de culler ou de tenedor, tradicionais ou de nova cociña... pero, sempre exquisitas.

Máis info: www.lugoturismo.com/gastronomia/?pag=introduccion_gastronomia

E para
comer, Lugo

DE LUGO

www.lugoturismo.com

DE TAPEO

Ducias de sitios para escoller
Rúa dos viños, Acea da Olga, A Milagrosa, As Fontiñas, Campo Castelo...

DE CULLER

Pratos típicos
Para saborear os pratos típicos de Lugo contas cunha ampla oferta de restaurantes e tabernas.

DE DOCE

Larpeiradas
En Lugo atoparás confitarías e pastelerías de toda a vida onde saborear ricos doces artesanais.

DE COPAS

Noite lucense
Cafés concertos con música en directo, pubs de moda, e discos para bailar ata a madrugada...

DE PEDRA E LENDA



Tecnoloxía e historia en Lugo

Lugo á vangarda dos servizos turísticos. É a única cidade galega que dispón da tecnoloxía QR. O Concello de Lugo instalou 29 paneis informativos (totalmente accesibles) con tecnoloxía QR, que permite a descarga de vídeos informativos sobre os monumentos e os sitios máis representativos da cidade.

Unha cidade monumental

Lugo é un destino ideal para os amantes do turismo cultural, pois é unha cidade monumental onde conviven os estilos artísticos que abranguen da idade media á época contemporánea cun glorioso pasado romano, cuxo maior referente é a Muralla.

Lugo é unha cidade única no mundo onde se pode visitar, contemplar e percorrer a única muralla romana que se conserva íntegra no seu perímetro. A Muralla foi declarada pola UNESCO Patrimonio da Humanidade no ano 2000 e os seus muros cargan con máis de dous mil anos de historia. A Muralla é monumental, é pedra, é historia, pero sobre todo, é vida, e como tal non deixa de cambiar. Nos últimos anos acometéronse diversas actuacións para a súa conservación que serviron para descubrir segredos agochados durante centos de anos e que estanse a revelar. A Muralla é o símbolo da cidade e resulta imprescindible para o viaxeiro pasear polo seu adarve, pero os amantes da historia, da arte e da arqueoloxía van gozar coa magnífica riqueza patrimonial

que conserva Lugo e que descubrirán paseando polas rúas de intramuros. Deste Lugo Romano sorprenderán os novos achádegos da piscina romana e do acueducto, recentemente descubertos e postos en valor. Agora pódense contemplar grazas as fiestras arqueolóxicas abertas na Praza de Santa María e na Praza de San Marcos respectivamente. A maiores, tanto no Museo Provincial como na Rede Municipal de Museos pódense contemplar fondos arqueolóxicos de gran valor e beleza, especialmente na Casa dos Mosaicos.

Este pasado romano convive en harmonía co Lugo monumental que conserva importantes vestixios que se remontan á época medieval.

Imprescindibles resultan as visitas a Catedral de Lugo. Recentemente restaurada destaca o achado dos frescos do mestre astorgano José de Terán e que datan de finais do século XVIII. Polo gran valor artístico e a súa beleza xa están considerados como un referente do barroco galego e os expertos os rebautizaron co nome de “a Capilla Sixtina de Galicia”.



**Muralla,
Patrimonio da
Humanidade**

TODOS OS MESES UNHA PROGRAMACIÓN CULTURAL NOVA

A Concellería de Cultura, Turismo e Promoción da Lingua deseña e organiza cada mes un programa de actividades culturais para todos os públicos e asequible a todos os petos. Teatro, concertos e todo tipo de espectáculos estréanse no Auditorio Municipal Gustavo Freire.

Os turistas que se acheguen en primavera a Lugo poderán gozar dunha completa programación cultural, na que destaca o **Festival Internacional de Maxia de Lugo** que arrinca na ponte do 1 de maio, o **Festival de Música Clásica Cidade de Lugo**, que se celebrará ao longo de maio e inclúe oito concertos de primeiro nivel. E para a ponte do **Día das Letras Galegas**, ademais dos actos de conmemoración da onomástica, haberá un espectáculo de danza no Auditorio Municipal Gustavo Freire da compañía

Proxecto Danza que presentará en Lugo o seu espectáculo "Latexo".

Ademais desta concellería, outras institucións organizan actividades como a Área de Cultura, Turismo e Normalización Lingüística da Deputación Provincial de Lugo, a Sociedade Filarmónica Lucense, o Club Valle-Inclán, o Grupo Fotocinematográfico Fonmiñá, a USC, o Museo Provincial...

Os lucenses e os visitantes atopan, por tanto, unha completa oferta cultural para escoller. Un dos obxectivos é chegar a todos os públicos, á vez que se atenden ás novas tendencias.

Para máis información consultar na web www.lugo.es e na Oficina Municipal de Turismo de Lugo (982 297 347).



CULTURA PARA TODOS





Lugo, punto de parada no Camiño Primitivo

As etapas 3 e 4 deste camiño discorren por Lugo e os seus arredores. Os amantes da natureza con espírito aventureiro e gañas de deixarse sorprenden por abraiantes paixases van atopar un xeito extraordinario para pasar a súa ponte de vacacións. Supón unha experiencia viaxeira única no mundo que combina o sendeirismo, percorrendo parte dunha das rutas máis senlleiras e míticas da cultura universal que nos conecta coa historia de Europa, co turismo cultural e gastronómico. Os peregrinos que chegan a Lugo poden recibir información de interese en:

- Oficina Municipal de Turismo
- Albergue de Peregrinos (info anexo Albergue de Peregrinos)

Turgalicia ofrece un interesante produto turístico para os peregrinos chamado Bono Iacobus deseñado especificamente para o Camiño de Santiago. Permite percorrer por etapas do Camiño Primitivo aloxándose cada día nunha casa de turismo rural diferente. O prezo inclúe o aloxamento, as ceas, os almorzos e os traslados en coche desde os establecementos rurais ata o inicio e final de cada etapa. Tamén é posible contratar como servizos opcionais o picnic para o xantar do día, o traslado da equipaxe e o aloxamento en Santiago de Compostela.

Todas as casas de turismo rural que cooperan no Bono Iacobus ofrecen nos seus aloxamentos senlleiros unha acollida familiar e unha gastronomía de calidade, e atópanse moi próximas aos puntos de chegada de cada etapa. O Bono Iacobus pode ser adquirido durante todo o ano, agás o mes de agosto e a Semana Santa. Para obter toda a información adicional que necesites sobre o Bono Iacobus podes chamar ao teléfono 902 200 432 ou enviar un correo electrónico a cir.turgalicia@xunta.es

Camiño Primitivo en Lugo

Etapas 3

Iníciase o camiño salientando nas inmediacións da ruta a aldea abandonada de Soutomerille onde se conserva en bo estado a igrexa de orixe prerrománico, reformada por última vez a principios do s. XVII. Deixando atrás Soutomerille entre campos de cultivo e pequenas aldeas, o camiño achégase a Lugo, pasando polas localidades de Carballido, Fazai e Santiago de Castelo. O Camiño Primitivo entra na antiga Lucus Augusti pola Porta de San Pedro.

Etapas 4

Pártese de Lugo pola Porta Miñá ou Porta do Carme - a máis antiga da muralla - atravesando unha ponte de orixe románica ata alcanzar o barrio de San Lázaro. Pásase pola pequena localidade de San Vicente do Burgo cunha interesante igrexa barroca. A 3 km. do camiño pódese visitar o templo paleocristián de Santalla de Bóveda declarado Monumento Nacional e que conserva un dos conxuntos de pintura mural altomedieval máis interesantes da Península Ibérica. Regresando á ruta pásase polo lugar de Bacurín, con igrexa románica do s. XII dedicada a San Miguel, e posteriormente pola aldea do Francés para entrar no municipio de Guntín atravesando a parroquia de San Romao da Retorta. Máis adiante alcánzase a igrexa románica de Santa Cruz da Retorta cun crismón dos chamados "trinitarios" característicos das zonas de influencia do Camiño de Santiago. Séguese o camiño por Seixalbos e Xende ata chegar a Ferreira.

