



## INFORMACIÓN GENERAL DEL PARQUE NACIONAL

Este documento contiene información general del Parque Nacional marítimo-terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia. Para ampliar dicha información visite nuestra página Web:

<http://reddeparquesnacionales.mma.es/parques/cies/index.htm>

[www.iatlanticas.es](http://www.iatlanticas.es)

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

Los apartados en los que se divide este documento son:

- Fichas técnica del Parque Nacional: datos como fecha de declaración, superficie, ayuntamientos, etc.
- Información general: objetivos, descripción de cada archipiélago, valores naturales, pesca y marisqueo, valores culturales y patrimoniales
- Servicios: Puntos de información, rutas guiadas, servicios de transporte marítimo, camping y zona de acampada.
- Actividades en el Parque Nacional: senderismo, rutas señalizadas, buceo navegación y fondeo.
- Recomendaciones para la visita.
- Normativa.

## **FICHA TÉCNICA**

**NOMBRE:** Parque Nacional marítimo terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia. Compuesto por los archipiélagos de Cíes, Ons, Sálvora, Cortegada y las aguas de su entorno.

**FECHA DE DECLARACIÓN:** 1 de julio de 2002.

**SUPERFICIE:** 8.480 hectáreas (7.285,2 marítimas y 1.194,8 terrestres). Archipiélago de Cíes, 2.658 ha marítimas y 433 ha terrestres; Archipiélago de Ons, 2.171 ha marítimas y 470 ha terrestres; Archipiélago de Sálvora, 2.309 ha marítimas y 248 terrestres; Archipiélago de Cortegada, 147,2 marítimas y 43,8 terrestres.

**COMUNIDAD AUTÓNOMA:** Galicia.

**PROVINCIAS:** Pontevedra (archipiélagos de Cíes, Ons y Cortegada) y A Coruña (archipiélago de Sálvora).

**MUNICIPIOS:** Vigo (Archipiélago de Cíes), Bueu (Archipiélago de Ons), Ribeira (Archipiélago de Sálvora) y Vilagarcía de Arousa (Archipiélago de Cortegada)

**LOCALIZACIÓN GEOGRÁFICA:** Rías Baixas de Galicia (Cíes, Ons y Sálvora se sitúan en la entrada de las rías de Vigo, Pontevedra y Arousa, respectivamente; Cortegada en el interior de la ría de Arousa).

**COORDENADAS:** Longitud: 9° 56' 6" (Faro de Ons). Latitud: 42° 23' 1" (Faro de Ons)

### **INSTRUMENTOS JURÍDICOS:**

- **Ley 15/2002**, de 1 de julio, por la que se declara el Parque Nacional marítimo-terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia. (BOE nº 157 de 02/07/02), modificada por el artículo 121 de la **Ley 53/2002** de 30 de diciembre de Medidas Fiscales, Administrativas y del Orden Social (BOE nº 133 de 31/12/02).

- **Ley 42/2007**, del Patrimonio Natural y de la Biodiversidad.

- **Decreto 274/99**, de 21 de octubre, por el que se aprueba el Plan de Ordenación de los Recursos Naturales de las Islas Atlánticas. (DOG nº 209 de 28/10/99).

- **Decreto 88/2002**, de 7 de marzo, por el que se aprueba el Plan de Ordenación de los Recursos naturales del Espacio Natural de la Isla de Cortegada y su entorno. (DOG nº 62 de 01/04/02).

- **Plan Rector de Uso y Gestión (PRUG):** en fase de elaboración.

### **REDES SUPRANACIONALES:**

- **Zona de Especial Protección para las aves (ZEPA).** Directiva 79/409/CEE del Consejo, de 2 de abril de 1979, relativa a la conservación de las aves silvestres: Islas Cíes (1988) Isla de Ons (2001)

- **Lugar de Importancia Comunitaria (LIC).** Directiva 92/43/CEE del Consejo, de 21 de mayo de 1992, relativa a la conservación de los hábitats naturales y de la fauna y la flora silvestres: Islas Cíes (2004); Isla de Ons (dentro del Complejo Ons-O Grove) (2004); Isla de Sálvora (dentro del Complejo Húmedo de Corrubedo) (2004).

- **Zonas de Especial Protección de los Valores Naturales** (Decreto 72/2004, de 2 de abril). Islas Cíes; Isla de Ons (dentro del Complejo Ons-O Grove); Isla de Sálvora (dentro del Complejo Húmedo de Corrubedo)

- **Zona Ospar.** Convenio sobre la protección del medio marítimo del Nordeste Atlántico (2008).

**VALORES NATURALES:** Representa los sistemas naturales ligados a zonas costeras y plataforma continental de la Región Eurosiberiana. Entre sus principales valores naturales están los paisajes, ecosistemas marinos, acantilados, playas, sistemas dunares y matorrales costeros atlánticos y submediterráneos.

### **Oficina del Parque Nacional**

Edificio CETMAR C/Eduardo Cabello s/n 36208 Bouzas, Vigo

Teléfono: 886218090 Fax: 886218094 e-mail: iatlanticas@xunta.es

• **Islas Cíes:** 986687502 • **Islas Ons:** 986687696

## **INFORMACIÓN GENERAL**

La ley 15/2002, de 1 de julio, por la que se declara el **Parque Nacional Marítimo-Terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia**, fue aprobada por las Cortes nacionales, a propuesta del Parlamento gallego. En ella se señalan los siguientes **objetivos**:

- Proteger la integridad de ecosistemas ligados a zonas costeras y a la plataforma continental de la región eurosiberiana.
- Asegurar la conservación y recuperación, en su caso, de los hábitats y las especies, así como la preservación de la diversidad genética.
- Asegurar la protección, recuperación, fomento y difusión de sus valores medioambientales y de su patrimonio natural, regulando de forma compatible con la conservación tanto la actividad investigadora y educativa como el acceso de los visitantes.
- Promover y apoyar en el interior del Parque las actividades tradicionales compatibles con la protección del medio natural.
- Aportar al patrimonio común una muestra representativa del ecosistema litoral de la región eurosiberiana, incorporando el Parque Nacional a los programas nacionales e internacionales de conservación de la biodiversidad.

Anterior a esta declaración como Parque Nacional, estas islas empezaron su andadura en cuanto a protección de la naturaleza se refiere en 1980 con la declaración de las Islas Cíes como Parque Natural. En 1988 este archipiélago, de acuerdo con la normativa europea, también fue declarado ZEPA (Zona de Especial Protección para las Aves), al igual que el de Ons en el 2001. Posteriormente algunos archipiélagos del Parque han sido propuestos como Lugares de Importancia Comunitaria (LICs).

## **DESCRIPCIÓN DE LOS ARCHIPIÉLAGOS:**

El **Parque Nacional Marítimo-Terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia** está compuesto por los Archipiélagos de Cíes, Ons, Sálvora y Cortegada y las aguas de su entorno. Situado en un entorno natural ligado al mar, presenta una extraordinaria biodiversidad, con gran variedad de ecosistemas, entre los que destacan, entre otros, los acantilados, las playas y sistemas dunares, matorrales y fondos marinos.

**El archipiélago de Cíes**, en la boca de la Ría de Vigo, está compuesto por tres islas: la de Monteagudo o Norte, la del Faro y la de San Martiño o Sur. En el Alto de las Cíes de 197 m., se alcanza la máxima altitud del Parque Nacional. Sus tres islas tienen unas medidas de entre 1,5 y 3 Km. de largo. Las del Faro y Monteagudo están unidas por un dique artificial y la barrera arenosa de Rodas, estando la de San Martiño, la más

meridional de las 3, separada de ellas por el Freu da Porta. Playas: Figueiras (de tradición nudista), la cala de As Cantareiras (de cantos rodados), la playa de Rodas, la playa de Nosa Señora y la playa de San Martiño en la Isla Sur. Destacar también la presencia de una pequeña laguna (**O Lago**) de agua salada con un conjunto de características que le confieren una especial importancia ecológica.



Islas Cíes

**El archipiélago de Ons** se sitúa a la entrada de la ría de Pontevedra. Está compuesto por la isla de Ons y la de Onza. Ons, su isla de mayor tamaño, tiene 5,5 Km. de largo y una anchura media de 800 m. Presenta menos acantilados que Cíes y está acompañada por pequeños islotes. Su punto más elevado tiene 119 m. y en él se levanta el faro. En su cara este, más a resguardo de vientos y temporales, se asientan algunas viviendas, acompañadas de sus característicos hórreos, así como los cultivos de maíz y patata, a ellas ligados. En Ons están las playas de las Dornas, Melide (de tradición nudista), Area dos Cans y Canexol. Su cercana compañera, la isla de Onza, es mucho más pequeña y está deshabitada.



Isla de Ons

**El archipiélago de Sálvora** se encuentra a la entrada de la ría de Arousa. Tras años de pertenecer a la nobleza actualmente es propiedad pública. Su isla más grande es la de Sálvora, con aproximadamente 2,5 kilómetros de largo y 1 de ancho. Su altitud máxima es de 73 metros. La costa oeste es rocosa, mientras que la oeste presenta las playas do Almacén, dos Bois, dos Lagos y Zafra. Completan el archipiélago numerosos islotes como el arenoso Vionta y las rocosas Sagres.

**La isla de Cortegada** y las Malveiras están localizadas en el interior de la ría de Arousa, muy cerca de la costa. Antiguamente propiedad de la realeza, en la actualidad se está tramitando su incorporación a la propiedad pública. Cortegada tiene una longitud de aproximadamente 1 Km. y una anchura de cerca de 0,5 Km. Su máxima altura son 19 metros, y es la isla del Parque Nacional que presenta una mayor densidad arbórea.

## VALORES NATURALES:

Los principales ecosistemas que representan este Parque Nacional son los acantilados, playas, sistemas dunares, matorrales y fondos marinos. En ellos encontramos una **flora y fauna característica**:

Los **acantilados** son grandes paredes graníticas donde crían importantes especies de aves marinas, como la Gaviota patiamarilla (*Larus michahellis*) y el Cormorán moñudo (*Phalacrocorax aristotelis*), y que albergan una flora muy específica dado su aislamiento y la dureza de las condiciones ambientales, entre la que destacamos algunos endemismos iberoatlánticos (de área restringida a una determinada zona) como la armeria (*Armeria pubigera* subsp. *pubigera*), angélica (*Angelica pachycarpa*) y la caléndula marina (*Calendula suffruticosa* subsp. *algarbiensis*).

Las **playas y dunas**, al igual que los acantilados, ofrecen unas condiciones de extrema dureza para el desarrollo de comunidades vegetales. Son hábitats que soportan altas insolaciones y una elevada sequedad y salinidad, con un sustrato muy pobre en nutrientes, y debido a los vientos y a la ligereza de las arenas sufren movimientos y cambios constantes. Estas características les exigen a las especies que allí se instalan una alta especialización, distribuyéndose las distintas comunidades en franjas según la distancia al mar, como la oruga de mar (*Cakile maritima*) en zona de playa, el barrón (*Ammophila arenaria*), en los primeros frentes dunares, o la artemisia de playa (*Artemisia crithmifolia*) y las endémicas helicriso (*Helychrisum italicum* subsp. *serotinum*) y camariña (*Corema album*), ya en franjas más posteriores. También en las dunas, resaltar la *Armeria pungens* que tiene en el Parque Nacional las únicas poblaciones gallegas y la *Linaria arenaria*, catalogada en Peligro Crítico de Extinción en el Libro Rojo de la Flora Vasculare Española.

Los **matorrales** son la vegetación predominante en las islas atlánticas, comunidades leñosas autóctonas que presentan diferente composición y naturaleza en los distintos archipiélagos. La gran mayoría son matorrales costeros, abundantes en la vegetación de acantilado y tienen carácter climácico, es decir, etapa madura de la vegetación natural. En otros casos representan etapas previas a la regeneración de la vegetación arbórea en los procesos de sucesión vegetal, con masas impenetrables de tojos (*Ulex europaeus* subsp. *latebracteatus*), helechos águila (*Pteridium aquilinum*) y zarzas (*Rubus ulmifolius*). En algunos archipiélagos el matorral además, está conformado por brezos (*Erica spp.*), y en Ons y Sálvora está presente la retama *Cytisus insularis*, único endemismo exclusivo del Parque Nacional.

En afloramientos rocosos, entre grietas y espacios de las piedras, crece una especie catalogada como en Peligro de Extinción por en el Libro Rojo de la Flora Vasculare Española, el *Rumex rupestris*, presente en los archipiélagos de Cíes, Ons y Sálvora.

**El medio marino** ocupa la mayor parte de la superficie del Parque Nacional, aproximadamente el 86% de la superficie protegida corresponde al dominio del océano. Su gran diversidad de fondos le proporciona un elevado valor ecológico y un gran atractivo tanto por los espectaculares paisajes sumergidos como por su riqueza en fauna y flora.

**Los roquedos** son fondos con una gran diversidad específica dado que son zonas muy oxigenadas y donde grietas, cuevas, paredes, etc., ofrecen diferentes ambientes. Las comunidades están caracterizadas por la presencia mayoritaria de una especie que se ve favorecida por las condiciones imperantes y que va siendo sustituida por otra conforme las mismas van cambiando a lo largo de los diferentes franjas mareales: el supramareal, intermareal y submareal.



En zonas más alejadas del mar, el supramareal, la cochinilla de mar (*Ligia oceanica*) se esconde bajo las piedras y sale por las noches a alimentarse de algas. En el intermareal, zona intermedia, se asientan grandes áreas dominadas por mejillón (*Mytilus galloprovincialis*) y, en las zonas más expuestas al embate del mar, de percebe (*Pollicipes cornucopia*), sobre una base de bellotas de mar (crustáceos balanomorfos) de los géneros *Balanus* y *Chthamalus*, entre los que también viven el bígaro *Littorina neritoides* y la lapa (*Patella spp.*). Sumergidos en las charcas se encuentran el erizo de mar común (*Paracentrotus lividus*) o las anémonas (*Anemonia sulcata*). En lo que se refiere a las algas, son abundantes las calcáreas incrustantes, otras como la coralina (*Corallina elongata*), *Gelidium sesquipedale*, el musgo de Irlanda (*Chondrus crispus*) o las del género *Fucus*.

En el submareal, franja casi permanentemente sumergida, destacan los bosques de grandes algas pardas formados por *Saccorhiza polyschides*, *Laminaria ochroleuca* y *Laminaria hyperborea*, especies de gran talla. Estas zonas proveen de alimento y refugio a muchas especies animales como gusanos poliquetos, la oreja de mar (*Haliotis tuberculata*), la lapa (*Helcium pellucidum*), que se alimenta de las laminarias, la nécora (*Necora puber*) o la centolla (*Maja brachydactyla*). También son muchos los peces que encuentran refugio y alimento en este particular bosque, como el abadejo (*Pollachius pollachius*), el congrio (*Conger conger*), el mero (*Polyprion americanus*), los góbidos o los blénidos.

Formando parte del sotobosque de laminarias, así como en zonas libres del mismo, se encuentra el alga parda *Cystoseira baccata*, cuyas poblaciones, aunque no albergan una gran riqueza específica, nos indican la existencia de las aguas limpias libres de contaminación, condición imprescindible para su desarrollo.

**En los fondos arenosos** los sedimentos están en movimiento continuo debido al mar, en ellos se entierran navajas (*Ensis spp.*), almejas babosas (*Venerupis pullastra*), berberechos (*Cerastoderma edule*), o rodaballos (*Psetta maxima*). En rocas aisladas entre la arena aprovechan para anclarse especies de algas como *Cystoseira tamariscifolia* o *Dyctiota dichotoma*.

**Los fondos de maërl**, que son restos de algas calcáreas, ofrecen una intrincada red de refugios que permiten albergar una gran diversidad animal entre la que está la volandeira (*Aequipecten opercularis*) o la vieira (*Pecten maximus*), cangrejos ermitaños de la especie *Anapagarus hyndmany* así como las fases juveniles de especies como la nécora (*Necora puber*) o la sepia (*Sepia officinalis*). Entre los peces destacan los lanzones (*Ammodytes tobianus*).

**Los fondos de cascajo** están formados por grandes restos de conchas de moluscos. También aquí se esconde una variada fauna: bivalvos como la vieira (*Pecten maximus*), la zamburiña (*Chlamys varia*) o la almeja rubia (*Venerupis rhomboides*), variedad de gusanos poliquetos, pulpo (*Octopus vulgaris*); fanecas bravas (*Echiichtys vipera*), etc.

Existen otras especies que viven el medio marino del Parque Nacional como los sargos (*Diplodus spp.*), los mújeles (*Chelon labrosus*), o las caballas (*Scomber scombrus*).

En el archipiélago de Cíes, entre las islas de Monteagudo y del Faro, cerrada por un dique artificial y por la playa de Rodas, se encuentra una laguna somera de agua salada, **O lago** constituye un enclave de especial importancia ecológica ya que alberga una elevada biodiversidad y funciona como zona de desove y alevinaje de peces y otros grupos. La fauna piscícola cobra una especial relevancia en el Lago, favorecida por una serie de condiciones como la amplia variedad de refugios existentes o la abundancia de alimento. Paseando a lo largo del dique que lo limita, podemos observar mújeles (*Chelon labrosus*), mojarras (*Diplodus vulgaris*), maragotas (*Labrus bergylta*), abadejos (*Pollachius pollachius*), julias (*Coris julis*), congrios (*Conger conger*), góbidos (*Gobius spp.*), blénidos (*Blennius spp.*), anguilas (*Anguilla anguilla*), etc., especie esta última declarada como vulnerable en el Libro Rojo de los Vertebrados de España.

La sensibilidad y fragilidad de este sistema hacen que el elevado valor ecológico que presenta el Lago pueda verse amenazado con facilidad, por lo que es **importante minimizar la presión humana sobre él**, además de estudiar y minimizar el efecto que las estructuras artificiales como el dique o el muelle puedan tener sobre él. Debido a esta vulnerabilidad ha sido declarado Zona de Reserva, por lo que está prohibido bañarse en él.

En el entorno de las islas y desde los barcos que viajan hasta ellas, es relativamente común observar, aunque casi nunca de cerca, el delfín mular (*Tursiops truncatus*) y el delfín común (*Delphinus delphis*).

Las aguas se caracterizan por su claridad y por temperaturas medianamente frías, con una ligera influencia cálida aportada por la corriente cálida del Golfo, y con una homogeneidad vertical en invierno (13-16°C) y una estratificación en verano (12-18°C) debido al gradiente térmico producido por el calentamiento de las capas superiores. La salinidad media oscila entre un 33 y un 36 por mil, valores que varían según los aportes fluviales, los afloramientos de nutrientes y la temperatura.

## **PESCA Y MARISQUEO:**

Los fondos marinos de las Islas Atlánticas albergan una gran riqueza que ha contribuido a sostener a las poblaciones cercanas a ellas a través de la **pesca y el marisqueo**. Ha sido esta, en la mayoría de los casos, una pesca artesanal, a pequeña escala y más respetuosa con el medio ambiente que la industrial, ya que las capturas son más reducidas y selectivas.

El objetivo actual es regular esta actividad para **compatibilizar la conservación y mejora de este excepcional ecosistema marino con el mantenimiento de la pesca artesanal y sostenible en las aguas del Parque**. Las bases para ello son:

- La determinación de las artes de pesca y del número de capturas que se consideran compatibles con la conservación.
- La zonificación marina, que regularía los distintos usos (navegación, fondeo, submarinismo, pesca,...) e incluiría zonas de reserva integral en las que no se permitiría ningún uso y que actuarían como vivero natural que ayude incluso a la regeneración de los ecosistemas marinos externos al Parque.

La regulación de la pesca en el Parque Nacional no sólo hace posible la conservación y el uso sostenible, sino que redundará en beneficios económicos y sociales para toda la comunidad del entorno, convirtiéndose en un factor de cohesión social y en uno de los instrumentos de gestión más poderosos.



## VALORES CULTURALES Y PATRIMONIALES:

A lo largo de la historia diversas culturas han pasado por las Islas Atlánticas, dejando un interesante patrimonio arqueológico y arquitectónico.

Restos paleolíticos, asentamientos de la edad de bronce como el Castro de As Hortas, en Cíes, o el Castelo dos Mouros en Ons, restos o evidencias de ermitas o santuarios de la edad media en los cuatro archipiélagos o ya más modernas fortificaciones, fábricas de salazón, dependencias de los pobladores y anexos, fuentes y lavaderos, molinos, cementerios, monumentos y homenajes, faros y pecios, etc., forman parte del patrimonio arqueológico y arquitectónico del Parque Nacional.

Los usos y costumbres isleñas también proporcionaron un interesante legado, como la ya mencionada pesca artesanal y el marisqueo, las dornas (embarcaciones tradicionales empleadas en Ons), sus fiestas, gastronomía, medicina popular, supersticiones, etc.

## SERVICIOS:

El Parque Nacional cuenta en las islas Cíes y Ons con puntos de información y servicio de rutas guiadas del propio Parque Nacional, servicio de transporte marítimo, servicios de hostelería, camping en Cíes y zona de acampada controlada en Ons,

### PUNTOS DE INFORMACIÓN DEL PARQUE NACIONAL

- Centro de información Monasterio de Santo Estevo (Islas Cíes).
- Caseta de información de las Islas Cíes.
- Centro de visitantes da Illa de Ons.
  - Caseta de información de la Isla de Ons. Teléfono: 986 687696

### RUTAS GUIADAS

El Parque Nacional cuenta con guías-intérpretes especializados para atender distintas rutas guiadas, de carácter gratuito y en las que pueden participar un número máximo de entre 10 a 15 personas por ruta, dependiendo de su temática, por lo que es necesario anotarse con antelación en los puntos de información de las islas.

Aunque las rutas se realizan tanto de mañana como de tarde, están sujetas a variaciones según la época del año. En los puntos de información de las islas se dispone de información actualizada, o bien en los teléfonos de contacto de las islas.

Las rutas más frecuentes realizadas en **Ons** son la del Faro con una duración aproximada de 1h45' y la de Canexol-Caniveliñas de 1h15' de duración, la Intermareal de 60' de duración y la histórica\_etnográfica de 1h15min. En **Cíes** la del Alto da Campá, de 1h30', Alto del Príncipe de 1h15', la del lago de 30 min de duración y la intermareal de 45min.

### **SERVICIOS DE TRANSPORTE MARÍTIMO:**

En la actualidad, varias navieras ofrecen servicios regulares en Semana Santa, fines de semana de mayo y período estival para visitar las islas Cíes y Ons. Se recomienda llamar a los teléfonos de las navieras para asegurarse de que van a tener servicio, especialmente en Semana Santa, fines de semana de mayo y meses de junio y septiembre.

### **CAMPING Y ZONA DE ACAMPADA**

Las zonas habilitadas para pernoctar en las islas son el camping de las Islas Cíes y la zona de acampada controlada de Ons.

#### **- Camping Islas Cíes**

De gestión privada, tiene una capacidad máxima de 800 plazas diarias y cada visitante puede alojarse un máximo de 15 días. La reserva puede realizarse por teléfono y en la oficina del camping de la estación náutica de Vigo. Allí se formaliza la tarjeta de campista que más tarde deberá entregar en la recepción del camping de Cíes, necesaria para que la naviera le venda un billete de pernocta, de lo contrario la naviera sólo puede vender billetes de ida y vuelta en el mismo día. Sólo está abierto en la época de servicio de transporte regular: **Semana Santa** y temporada de verano, aproximadamente del **15 de junio al 15 de septiembre**.

Teléfono información y reservas: 986 438358.

Página web: [www.campingislascies.com](http://www.campingislascies.com)

#### **- Zona de acampada controlada de Ons:**

Gestionado por el propio Parque, tiene capacidad para 200 usuarios diarios y es de carácter gratuito. Cada usuario puede pernoctar un máximo de 5 días consecutivos durante los meses de julio y agosto y 7 en el resto de la temporada. Para poder pernoctar en ella es **obligatorio e imprescindible solicitar el permiso de** acampada, disponible en la página web: [www.iatlanticas.es](http://www.iatlanticas.es) y una vez autorizado formalizarlo en la caseta de información de la isla de Ons; para ello es imprescindible la presentación del impreso de autorización y el DNI. La zona se ubica en el lugar conocido como Chan da Pólvora, y permanece abierta en Semana Santa y del 1 de junio al 30 de septiembre. Cuenta con unos servicios mínimos de cinco baños y seis duchas de agua fría, así como fuentes de agua No Potable.

## ACTIVIDADES EN EL PARQUE NACIONAL

### SENDERISMO:

Se pueden realizar diferentes rutas de senderismo por el Parque Nacional, bien acompañadas por guías del Parque, bien autoguiadas con la ayuda de un mapa de apoyo proporcionado en los puntos de información y siguiendo la señalización existente en las islas. Las rutas guiadas se describen en el apartado de servicios.

### RUTAS SEÑALIZADAS:

- **Archipiélago de Ons:** Todas parten desde el punto de información situado en la zona del Curro y aunque están señalizadas en un sentido, son de tipo circular, por lo que se pueden hacer en dos sentidos.
  - 1. Ruta Sur:** 6.2Km / 2h 30m. Es un largo recorrido por la parte sur del archipiélago que nos muestra una idea general del mismo. Discurre próximo a gran parte de las playas existentes, pasa por varios barrios isleños con sus construcciones típicas y por las instalaciones del campamento juvenil. Este itinerario nos proporciona vistas tanto de la cara este, con sus playas, como de la acantilada parte oeste, pasando por lugares como el **Mirador de Fedorentos** o el **Burato do Inferno**.
  - 2. Ruta Norte:** 8.1Km / 3h. Es la ruta más larga y discurre por la parte norte de la isla. También nos ofrece una visión general de la isla de Ons con la particularidad de poder aproximarnos, en una variante de la ruta, al **Faro de Ons**, punto más alto de las islas (128m). Esta ruta, al igual que la anterior, nos ofrece vistas de ambas caras del archipiélago, con panorámicas de los acantilados de la zona norte y de la playa de Melide.
  - 3. Ruta del Faro:** 4Km / 1h 15m. Ruta corta que nos aproxima al **Faro de Ons**, punto más alto de las islas (128m) con panorámicas de los acantilados. Pasa por las casas del barrio de Cucorno.
  - 4. Ruta do Castelo:** 1.1Km / 40m. Es el itinerario más corto. Nos da opción a, en la playa das Dornas, observar las embarcaciones tradicionales del mismo nombre, descansar en el área de sombra con mesas próxima, realizar un agradable paseo cercano a la costa y llegar a la antigua **fortificación de O Castelo**, con vistas de la Ría de Pontevedra y de la playa de Melide.
- **Archipiélago de Cíes:** Todas parten desde la caseta de información situada en la islas de Monteagudo y son de tipo lineal, por lo que la ida y la vuelta son por el mismo lugar.

**1. Ruta del Monte Faro:** 7.4Km /2h 30m (ida y vuelta). Es la ruta más larga y la más emblemática, transcurre en su mayor parte por la isla del Faro y sube hasta el **Faro de Cíes** (175m). Se observan las **dunas y playa de Rodas** y el sistema que forma con el Lago, pasa próximo a las instalaciones del camping, al punto de información del monasterio de San Estevo y a la playa de Nosa Señora, cerca de la cual hay un área de descanso. En el observatorio de aves de la Campana se pueden divisar en época reproductiva gaviotas patiamarillas y cormoranes moñudos, además de una hermosa vista del archipiélago. Al llegar al Faro veremos una panorámica de las tres islas y de sus acantilados.

**2. Ruta del Faro da Porta:** 5.2Km /1h 45m (ida y vuelta). De menor dificultad ya que la variante respecto al anterior es que en vez de subir a la derecha hacia el Faro de Cíes, sigue de frente hacia el **Faro da Porta**, a menor altitud que el anterior. Pasa por el embarcadero de Carracido y nos ofrece vistas de la isla Sur y ya en el Faro da Porta se observan los acantilados de la cara oeste. Allí, si miramos hacia el norte y a nuestra izquierda, hacia la ladera del Monte Faro, estaremos observando los restos de un antiguo poblado castreño, **O Castro das Hortas**, el cual constituye el yacimiento arqueológico más importante encontrado en el archipiélago hasta la fecha.

**3. Ruta del Alto do Príncipe:** 3Km / 1h 15m (ida y vuelta). Transcurre por la isla de Monteagudo, en su mayor parte a la sombra del arbolado. Se observa las dunas de Muxieiro, zona de reserva en la que se puede apreciar su flora característica. Mientras subimos entre acacias y eucaliptos veremos, hacia abajo y en un claro, la playa nudista de Figueiras y varias repoblaciones con especies autóctonas. Ya en la parte alta iremos encontrando ejemplos de erosión en las rocas producidas por el viento, la lluvia y la salitre, espectaculares al final del mismo, ya en el Alto del Príncipe, donde también se disfrutará de una panorámica de las islas, con playas a un lado y acantilados al otro.

**4. Ruta de Monteagudo:** 5.6Km / 1h 45m (ida y vuelta): Sigue el mismo recorrido que la anterior hasta el cruce del desvío al Alto del Príncipe, desde donde se continúa hacia el norte por el interior de la isla, pasando por claro que se abre en la zona de A Valgada, que nos ofrece una buena panorámica de los acantilados de la cara oeste. Más adelante tenemos la opción de ir a la derecha al Faro do Peito y a la izquierda al observatorio de aves, desde donde obtenemos vistas de la Ría de Vigo y costa da Vela, y en época reproductiva se observan fácilmente cormoranes moñudos y gaviotas patiamarillas.

- **Archipiélago de Sálvora:** La reciente incorporación del archipiélago de Sálvora al patrimonio público en el año 2007 nos permite ahora disfrutar de este singular entorno. Los itinerarios permitidos son los siguientes:

1. **Camino del Faro:** 1.2Km Esta ruta es autoguiada, con la ayuda de paneles informativos, por lo que la duración, contabilizando el tiempo de lectura, es de 40'. Comienza en el muelle de Sálvora se inicia un camino que conduce a la entrada del Faro (al que de momento no se permite la entrada). En este camino podremos disfrutar de la vistas que nos muestran la mayor parte de los valores de la isla: elementos históricos y arquitectónicos como el Pazo y la capilla, la Sirena de Sálvora o el propio faro, y los ecosistemas naturales presentes: playas y dunas, zona de matorral y acantilados, además de las caprichosas formas rocosas que le dan identidad.
  2. **Camino a la aldea (este itinerario sólo está autorizado en caso de grupos con guía).** 1,3Km. Saliendo igualmente del muelle y en el camino que lleva al Faro, existe un desvío a la derecha que conduce al antiguo poblado de Sálvora. Este itinerario presenta la zona este de la isla donde se pueden apreciar vestigios de los antiguos habitantes, así como los principales ecosistemas presentes en Sálvora; además, se obtiene una estupenda panorámica de los islotes que rodean la isla, todos ellos de especial importancia ecológica.
- **Archipiélago de Cortegada:** Al igual que Sálvora, la isla de Cortegada ha sido recientemente incorporada al patrimonio público. Hai dos itinerarios autoguiados con la ayuda de un folleto que va describiendo las paradas marcadas con postes. Estos folletos se obtienen en la caseta de guardería de Cortegada:
1. **Itinerario circular:** 3,2Km/1h15m. permite rodear toda la isla. Nos muestra todas sus vertientes, pudiendo identificar grandes diferencias: zonas expuestas/protegidas del viento, bosques naturales e introducidos, zonas de influencia humana- poblado, zonas de explotación marisquera- y zonas sin influencia humana- vista de islotes adyacentes a la isla. Es todo un recorrido representativo de las cambiantes condiciones que modelan la isla.
  2. **Itinerario transversal:** 2,1km/45m. Para hacer un recorrido más corto este sendero permite atravesar la isla en su parte más estrecha de norte a sur, y contacta en ambos extremos con el itinerario circular. Esto permite combinar las áreas que se quieren visitar y disfrutar de los bosques del interior de la isla.

## BUCEO EN EL PARQUE NACIONAL

En cumplimiento de lo establecido en la Ley 15/2002, de declaración del Parque Nacional Marítimo-Terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia, y en espera de la aprobación del Plan Rector de Uso y Gestión, el procedimiento que debe llevarse a cabo para realizar las actividades de **buceo** en las aguas del Parque nacional es el siguiente:

Para practicar el submarinismo en las aguas del Parque Nacional es necesario disponer de la **autorización** pertinente, para lo cual debe cumplimentarse el **formulario de buceo**, disponible en la página [www.iatlanticas.es](http://www.iatlanticas.es). Junto con el formulario hay que adjuntar fotocopia de DNI, titulación de buceo y seguro de accidentes de buceo de cada uno de los participantes, que además deben cumplir la legislación vigente sobre navegación y actividades subacuáticas.

En caso de actividades de buceo sin plomos – snorkel-, se recomienda indicar al personal del Parque la zona en la que se va a realizar la actividad.

## NAVEGACIÓN Y FONDEO EN EL PARQUE NACIONAL

En cumplimiento de la Ley 15/2002, de 1 de julio, por la que se declara el Parque Nacional Marítimo-Terrestre de las Islas Atlánticas de Galicia, y en espera de la aprobación del Plan Rector de Uso y Gestión, el procedimiento que debe llevarse a cabo para realizar las actividades de **navegación** y **fondeo** en las aguas del Parque Nacional es el siguiente:

### Regulación de la **navegación**:

La autorización de navegación es bianual, y permite navegar en las aguas del Parque Nacional durante el periodo en curso. Las solicitudes deben realizarse rellenando el formulario de navegación y remitiéndolo a la oficina del Parque Nacional. Este formulario puede obtenerse en la página web del Parque Nacional ([http://reddeparquesnacionales.mma.es/parques/cies/guia\\_auto.htm](http://reddeparquesnacionales.mma.es/parques/cies/guia_auto.htm)) o en la propia oficina del Parque. El Parque remitirá el permiso concedido al interesado por correo ordinario.

### Regulación del **fondeo**:

Disponer de autorización de navegación es requisito para disponer de autorización de fondeo.

La autorización de fondeo se otorga por un máximo de 3 días – pueden no ser consecutivos- dentro de un periodo de 7 días consecutivos desde el 1 de julio al 15 de septiembre; y por un máximo de 10 días en un periodo de 30 días en el resto del año. Se debe solicitar para cada una de las visitas que se haga al parque. El procedimiento se desarrolla de esta manera con el objetivo de que las actividades en el mar estén controladas y registradas y de que el Parque disponga de información para construir en el futuro trenes de fondeo.

La tramitación más rápida y directa para obtener la autorización de fondeo es a través de la web: [www.iatlanticas.es](http://www.iatlanticas.es), indicando las fechas de fondeo deseadas y descargando directamente la autorización concedida.

Otra vía, más lenta, es a través da oficina do parque, en la que se deberá llenar un formulario (que se puede descargar en la página web del parque nacional <http://reddeparquesnacionales.mma.es/parques/index.htm> en el apartado de fondeos) y hacerlo llegar a la sede del Parque con un mínimo de cuatro días hábiles de antelación. La autorización así tramitada puede tardar unos días en llegar al solicitante.

## RECOMENDACIONES PARA LA VISITA AL PARQUE

Algunas de las **actividades** que pueden realizarse en el Parque Nacional son senderismo, observación de fauna y flora, buceo (con autorización previa de la Administración del Parque), rutas guiadas o disfrutar de las playas.

- El Parque Nacional presenta un valioso patrimonio natural y cultural que todos tenemos derecho a disfrutar, pero también debemos respetar; mantenga una **actitud responsable y respetuosa** con el entorno natural, y de este modo estará colaborando en su preservación.
- Por motivos de conservación y paisajísticos no existen papeleras en las islas. **Cada visitante debe llevarse sus residuos de vuelta al puerto de origen.**
- Antes de visitar el Parque Nacional es importante **planificar adecuadamente la visita**, informándose a través de la página web del PN o en los teléfonos de información sobre aspectos como época de visita, accesos, normativa, actividades, etc.
- Una vez en las islas, **acuda a los puntos de información del Parque**, donde le aconsejarán sobre las posibles actividades a realizar, obteniendo un mayor aprovechamiento de su estancia en este espacio natural.
- Los **itinerarios realizados por los guías especializados** del Parque Nacional son una oportunidad para conocer los valores naturales y culturales del espacio protegido. Estas rutas, de carácter gratuito, diarias en época de transporte regular y con un número reducido de participantes por itinerario, parten de las casetas de información, donde es necesario apuntarse con antelación.
- Por motivos de seguridad y conservación, **circule sólo por los caminos destinados a uso público** (zonas de visita libre).

- El **silencio beneficia a la fauna y al que lo disfruta**. Los ruidos (aparatos de música, gritos, etc.) disminuyen la calidad ambiental e impiden el disfrute de los sonidos de la naturaleza, procure no ocasionarlos.
- **Atienda las instrucciones** establecidas por la dirección del Parque y siga las indicaciones de los guías, vigilantes y guardas. Colabore activamente en la conservación de este espacio natural, alertando sobre posibles deficiencias o sugiriendo mejoras; la comunicación es un instrumento básico de gestión.
- Si va a utilizar el camping de Cíes o la zona de acampada de Ons, tenga en cuenta que las **plazas son limitadas**.
- Antes de realizar la visita, procure asegurarse de cuáles son exactamente los **servicios** que van a ofertar las navieras, sobre todo en épocas con menor afluencia de visitantes, como Semana Santa y fines de semana de mayo, y en días en los que las condiciones meteorológicas son adversas.
- Su **seguridad** es nuestra preocupación, pero es su responsabilidad. No realice actividades peligrosas como acercarse demasiado a los acantilados o bañarse cuando el mar no esté en calma.
- Procure beber abundantes líquidos; una prolongada exposición al sol, las temperaturas estivales y el viento pueden producir problemas de deshidratación. Tampoco olvide elementos como gafas de sol, gorras y crema de protección solar.
- Lleve calzado deportivo y ropa cómoda; tampoco olvide el chubasquero o algo de abrigo para el viaje en barco y en previsión de los cambios de temperatura.
- Es recomendable llevar cámara de fotos, de vídeo y/o prismáticos, teniendo en cuenta que la filmación o fotografía con fines comerciales requiere una autorización previa de la dirección del Parque.
- Existe un libro de quejas y sugerencias a su disposición, tanto en los archipiélagos de Cíes y Ons como en las oficinas del Parque Nacional.



## **NORMATIVA\*:**

\*Según la **Ley 15/2002** de declaración del Parque Nacional, la **Ley 42/2007** del Patrimonio Natural y la Biodiversidad y el **Decreto 274/99** por el que se aprueba el Plan de Ordenación de los Recursos Naturales de las Islas Atlánticas de Galicia.

### **Recuerde que no está permitido:**

- Encender cualquier tipo de fuego, fogata o similar.
- Tirar o depositar cualquier tipo de basura o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares acondicionados a tal fin.
- Acampar fuera de los lugares destinados a ese fin.
- Acceder a las zonas señalizadas como no accesibles al público.
- Molestar, herir, capturar o matar a los animales silvestres.
- Arrancar, cortar o dañar la vegetación.
- Realizar cualquier actividad que destruya, deteriore o trastorne los elementos naturales singulares de la zona.
- La recolección, destrucción o alteración de elementos de interés arqueológico, histórico o geológico, tanto terrestres como marinos.
- La práctica del submarinismo sin autorización previa.
- Practicar la pesca submarina y la pesca deportiva.
- Permanecer o transitar con armas, arpones, fusiles submarinos u otros utensilios similares.
- Instalar pancartas o anuncios publicitarios sin autorización.
- Utilizar megafonía, ruidos o altavoces de sonido que puedan alterar la tranquilidad natural del lugar.
- Desembarcar animales domésticos (salvo perro lazarillo).
- Introducir especies animales y/o vegetales alóctonas.
- Desembarcar vehículos a motor (salvo sillas de discapacitados).
- La filmación o fotografía con fines comerciales, sin autorización previa.

