

# percorrido 2

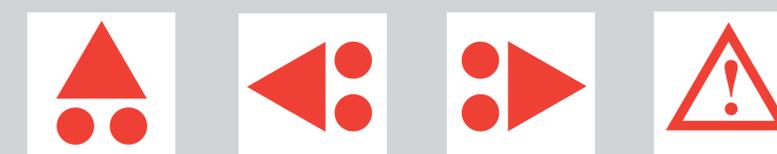
# ruta btt do salmón

A ruta BTT do Salmón é un percorrido polo val do Ulla e os seus afluentes, un sistema fluvial declarado Lugar de Importancia Comunitario (LIC), onde se reproduce o salmón atlántico, protagonista da festa gastronómica máis nomeada do concello da Estrada.

máis info: [www.turismo.aestrada.com](http://www.turismo.aestrada.com)



## senalización en ruta:



de fronte

á esquerda

á dereita

perigo

## cor da sinalización en función da dificultade do percorrido:

■ moi fácil ■ fácil ■ difícil ■ moi difícil

## recomendacións:

Planifica a túa saída; escolle o percorrido de acordo ao teu nivel físico e técnico.

Leva auga e algún alimento. Infórmate sobre as previsións meteorolóxicas.

Revisa a bicicleta antes de montar e recorda que ante unha picada ou avaría, debes ser autosuficiente.

Non asustes os animais. Se atopas cancelas déixaas como estaban.

Controla a túa bicicleta. Adapta a velocidade ás condicións do camiño, visibilidade... Evita os derrapes, erosionan o terreo.

Cédelles sempre o paso a peóns e outros usuarios. Avísalos da túa presenza.

Procura non montar só e non menospreces a natureza; non abandones o itinerario marcado. Leva sempre o móbil e informa a alguén de que vas facer a ruta.

E sobre todo USA O CASCO e NON DEIXES LIXO NO MONTE.

## datos:

distancia: 38 km.

época recomendada: todo o ano

tempo necesario: 4 h.