



Por tierra, mar y aire

‘A ría da Estrela’ es un destino para todos, dejando de lado condición física y edad. Este paraíso de la costa gallega se puede disfrutar de múltiples maneras.

Navegando en una embarcación adaptada a personas de movilidad reducida; galopando a lomos de un caballo; surcando los cielos en parapente; haciendo un viaje en el tiempo

descubriendo la historia de nuestros antepasados o realizando uno de los trabajos más emblemáticos de Galicia: el marisqueo. La Ría de Muros Noia no deja de sorprender a quienes se acercan a vivir una tierra que conquista y se deja conquistar por quienes la visitan. Mediante actividades de turismo activo, impresionantes muestras de patrimonio histórico y cultural y, como no, de una gastronomía de sobra conocida a lo largo y ancho del planeta, todo el mundo puede disfrutar de este 'Viaje al centro del Paraíso'.



1. Salir a 'mariscar'. A través de la experiencia 'Vivir o marisqueo', promovida por el Concello de Outes, los visitantes pueden disfrutar de una experiencia inmersiva que tiene como objetivo acercar los participantes a la actividad marinera. El marisqueo es un trabajo artesanal que se realiza desde hace siglos en un espacio territorial costero de singular belleza y riqueza ambiental. Los visitantes también pueden degustar los productos extraídos (berberechos y almejas) en los restaurantes de la zona. La experiencia engloba todas las partes del proceso, desde ver la salida de las embarcaciones a primera hora de la mañana, pasando por un recorrido por los lugares de trabajo de los mariscadores, terminando en el mercado para presenciar la descarga, clasificación y venta del marisco. Quienes lo deseen y estén salivando ante la succulenta escena, pueden degustar un menú basado en el marisco extraído en cualquiera de los restaurantes colaboradores del municipio de Outes (Restaurante Ríos, Bar Berberecho, Restaurante Casa Peto, Restaurante Casa Zuleiro, Restaurante Pepe do Coxo, Restaurante Albatros y Restaurante Casa Amanda).

2. Un museo único en el mundo. Habrá quien diga que 'visto un museo, vistos todos'. Craso error. En Noia, la Iglesia de Santa María la Nueva, obra representativa del gótico marinero del siglo XIV, encierra un tesoro inimitable. Dentro del templo, que no ofrece culto, se esconde el Museo Laudas Gremiais (lápidas gremiales). Un repaso centenario a la historia y memoria colectiva de Noia a través de impresionantes lápidas esculpidas que relataban el oficio y condición económica de los difuntos. En los jardines exteriores hay casi medio centenar de

lápidas, pero es en el interior del templo donde se encuentra la muestra más representativa de esta parte de la historia de Noia. En la Iglesia, además, se celebran conciertos de música clásica en época estival.



3. Recorrer la Ría cabalgando. Disfrutar de un entorno espectacular a lomos de un animal noble por naturaleza como es el caballo es la experiencia idónea para los más pequeños de la casa (y no tan pequeños). Una actividad respetuosa con el medio ambiente y adaptada a todos los niveles, pues se ofrecen clases de equitación, ya sea iniciación o perfeccionamiento. En clubes como Estivada Ecuestre de Outes o el Centro Hípico CHM Endurance de Porto Do Son, grandes y pequeños podrán disfrutar de un agradable paseo en familia descubriendo una cara diferente de la Ría de Muros Noia. Caminos rodeados de naturaleza virgen; atravesando bosques de robles, pinares y castaños, cruzando ríos e incluso, haciendo paseos por la playa y caminando por la orilla del mar.

4. ¡Todos a bordo! Como no podía ser menos, una de las mejores formas de conocer la Ría es navegándola. La asociación Adeco-Dea Noia lleva a cabo la iniciativa 'Un mar para todos'. En estas sesiones, que tienen como objetivo dar a conocer las ventajas de la navegación en la zona, para disfrutar de ella y que sea accesible para las personas con movilidad reducida, podremos echarnos a la mar para apreciar la belleza de la Ría desde el mar.



5. Surcar la Ría a vista de pájaro. Sin duda alguna, sobrevolar la Ría de Muros Noia te dará una perspectiva mucho más amplia de la belleza sin parangón de un entorno natural tan cautivador. Para todos aquellos que no sufran mal de altura, ¿qué hay mejor que sobrevolar la Ría en parapente? De abril a septiembre, el Club CheiraNubes ofrece una experiencia de altos vuelos con paseos en parapente biplaza desde el Monte Iroite de Lousame, a 680 m. de altitud, ya que es un punto excelente para aprovechar las corrientes de viento predominantes de la zona.

Conocer la Ría de una manera diferente es posible. Aprender de su historia, de sus tradiciones, de su cultura y de todo lo que puede ofrecer su gente ya seas adulto, niño y te desplaces a pie o en silla de ruedas. La Ría de Muros Noia es un lugar para disfrutarlo de todas las formas que se puedan imaginar.

Más información en: [www.riademurosnoia.com](http://www.riademurosnoia.com)