

O IV Encontro Sendeirista e Cultural "Lucus a Pé" ten como obxectivo fundamental o de achegar e difundir os valores culturais e paisaxísticos da cidade de Lugo e o seu ámbito a través do sendeirismo, mediante unha ruta especialmente deseñada para que os participantes coñezan e admiren os monumentos máis emblemáticos da cidade e parte do magnífico cinto verde da súa contorna.

A organización do "Lucus a Pé" corre a cargo da "Sociedade Micolóxica Lucus", unha asociación sen ánimo de lucro que dende hai máis de 13 anos é un referente na organización de eventos con grande éxito de participación no ámbito da cultura, a micoloxía e a natureza na cidade de Lugo.

O "Lucus a Pé" comezará ás 9'30 da mañá coa reunión e recepción dos participantes na Rúa San Marcos, en fronte ao edificio da Deputación de Lugo, onde ademais da entrega de información e vales, se lles dará a benvida por parte dos organizadores e as autoridades públicas colaboradoras.

Iniciarase a ruta accedendo ao adarve da Muralla Romana polas escaleiras laterais da Porta Falsa situada na Praza do Ferrol, onde se realizará un acto de recreación histórica por membros da Asociación de Recreación Histórica "Terra Copora".

Tras percorrer un tramo da Muralla, descenderase na Porta de Santiago, para pasar a carón da Catedral e a Piscina Romana de Santa María, saíndo de novo pola Porta de Santiago cara á Ponte Romana polo paseo do Río Miño percorrido continuará polo paseo do Río Miño atravesando as magníficas paraxes e bosques de ribeira que nos ofrece o Miño ao seu paso por Lugo.

Como importante novidade, este ano o percorrido modificouse, ofrecendo dúas posibilidades de ruta: Unha curta polo Miño (12,200 km en total) e unha longa (17,700 km) facendo un tramo circular do precioso paseo do río Mera, incorporándose logo de novo ao tramo do Miño, e concluíndo no espazo verde do Club Fluvial de Lugo onde terá lugar a comida ao aire libre e un merecido descanso co río como compañeiro de excepción.



INFORMACIÓN E INSCRICIÓNS:
www.smlucus.org/lucasape

Inscripción de asociacións: **GRATUITA** (con bolsa de comida)

Inscripcións individuais: **5 €** (con bolsa de comida)

Participación individual (sen inscrición): **LIBRE e GRATUITA** (sen comida)

IV Encontro sendeirista e cultural **Lucus a Pé**

Ruta curta 12,200 Km. Dificultade baixa
 Ruta longa 17,700 Km. Dificultade baixa
 Gratuito para Asociacións

7
 Xuño 2015

Organiza:
SOCIEDADE MICOLÓXICA
Lucus



Organiza:
SOCIEDADE MICOLÓXICA
Lucus
 Casa das Asociacións - Local 0
 Parque da Milagrosa • 27003 - LUGO
 Tfno.: 676750812
 info@smlucus.org
 www.smlucus.org
 www.facebook.com/smlucus

Colaboran:

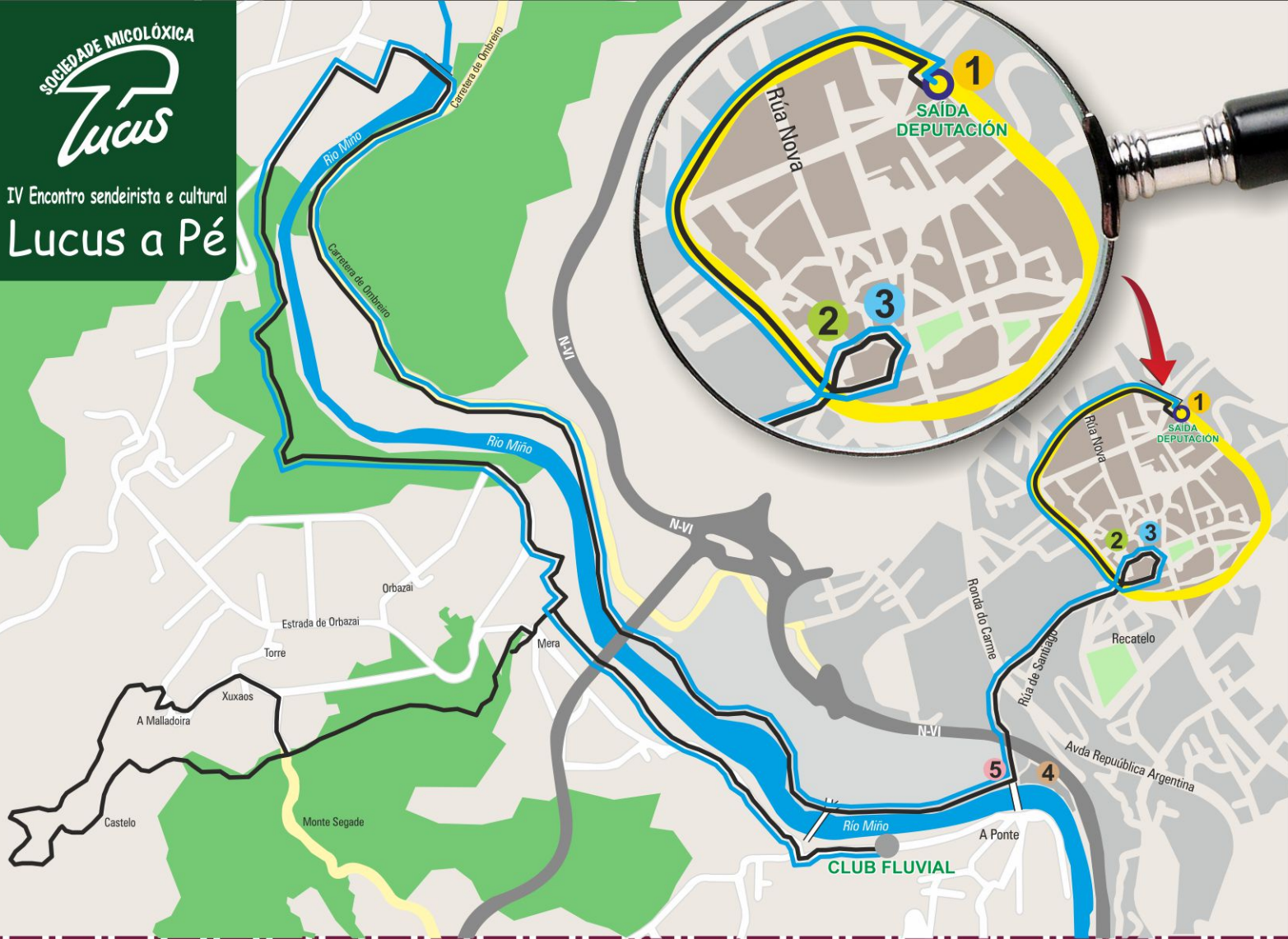


Colaboran:



DEPUTACIÓN DE LUGO
 VICEPRESIDENCIA PRIMEIRA





1 MURALLA ROMANA



O corazón de Lugo, a antiga Lucus Augusti, está rodeada por una muralla romana de 2266 metros de circunferencia, coroada por 85 torres semicirculares de entre dez e trece metros de diámetro, 10 portas, 6 escaleiras e unha rampa. En decembro de 2000 a UNESCO declarouna patrimonio de humanidade.

Unha das características máis destacadas é que é a única muralla romana do mundo que conserva íntegro o seu perímetro e que o seu paseo (adarve) é íntegramente de uso público.

2 CATEDRAL



A catedral de Santa María de Lugo é un dos monumentos máis emblemáticos da cidade. O templo actual iniciouse en 1129 e finalizou en 1273. Foi deseñada polo mestre Raimundo de Monforte e adicada a Santa María, na súa advocación da Virxe dos Ollos Grandes.

Aínda que de estilo predominantemente románico, a catedral presenta unha fachada neoclásica que serve de entrada á basílica románico-gótica con planta de tres naves con cruceiro e deambulatorio no que se sitúan cinco capelas entre as que destaca a de Nosa Señora dos Ollos Grandes. A catedral posúe o privilexio papal de exposición permanente do Santo Sacramento, de aí o cáliz e a hostia que aparecen no escudo da cidade en referencia ao misterio da Eucaristía e que se trasladou ao propio escudo de Galicia. Este feito fai que se denomine a Lugo como "A Cidade do Sacramento"

3 PISCINA ROMANA



Descuberta nos anos 60, data do século IV d.C. Os seus motivos decorativos relaciónanse con mosaicos cristiáns de África. Créese que puido pertencer a un baptisterio paleocristián, pero tamén existe a posibilidade de que formase parte duns baños termais ou dun *balneum* (baño) privado dunha gran *domus* (casa).

4 TERMAS ROMANAS



O percorrido pasará preto dos restos dos baños romanos de Lugo, declarados monumento histórico-artístico en 1931, e que están dentro das instalacións do Hotel Balneario, á beira do Miño e preto da ponte romana, sendo de libre acceso ó público. A construción destes baños é contemporánea á fundación da cidade, ao redor do ano 15 a.C., sendo a parte máis impresionante e mellor conservada o *apodyterium* (vestiario), estancia na que se espían os usuarios.

5 PONTE ROMANA



A ponte, de 104 metros de lonxitude e 4 de anchura, foi construída polos romanos para poder cruzar o Río Miño a vía romana XIX que comunicaba Lugo con Braga. Na Baixa Idade Media a ponte sufriu diversas restauracións e reformas, e na idade moderna tamén houbo que facer varias reparacións. En 1893 fíxose outra modificación que lle suprimiu a característica lomba central xerada polo cambio de rasante da dobre pendente. Moi recentemente, no pasado ano 2013, someteuse á Ponte a unha nova restauración que lle deu o aspecto actual, sendo agora ademais de uso exclusivamente peonil. Non obstante, os cimentos da ponte actual, tamén chamada Ponte Vella, son aínda en boa parte os orixinais.

A chamada "Calzada da Ponte" vai baixando dende a Porta Miñá da Muralla ata esta ponte e forma parte do Camiño Primitivo de peregrinación a Santiago

