

Próxima ao **Mosteiro da orde do Cister de Sobrado** e ao **Camino Primitivo de Santiago**, atopamos **Abeiro da Loba**, antiga casa de labranza, con 300 anos de antigüidade. Rehabilitada como casa rural, atópase rodeada dun misterioso bosque de castiñeiros e carballos. Unha contorna ideal para relaxarse e gozar do patrimonio cultural e natural da **Reserva de Biosfera Mariñas Coruñesas**.

Próxima al **Monasterio cisterciense de Sobrado** y al **Camino Primitivo de Santiago**, encontramos **Abeiro da Loba**, antigua casa de labranza, con 300 años de antigüedad. Rehabilitada como casa rural, está rodeada por un misterioso bosque de castaños y robles. Un entorno ideal para relajarse y disfrutar del patrimonio cultural y natural de la **Reserva de Biosfera Mariñas Coruñesas**.

Just off the **Primitive Way of the Camino de Santiago** and close to the **Cistercian Monastery of Sobrado**, stands **Abeiro da Loba**, a 300-year-old former farmhouse. Now fully restored as a rural guesthouse, it is surrounded by a mysterious forest of chestnut and oak trees, an idyllic setting for relaxing and enjoying the wealth of cultural and environmental heritage of the **Mariñas Coruñesas Biosphere Reserve**.

## A chamada do lobo...

A casa ten unha historia propia que dá orixe ao seu nome: **Abeiro da Loba**. A partir desta historia nace a experiencia **Noite de Lobos, mitos e lendas** que nos permite coñecer o patrimonio natural e cultural dos bosques que cobran vida nas noites de lúa chea.

La casa tiene una historia propia que da origen a su nombre: Abeiro da Loba. A partir de esta historia nace la experiencia **Noche de Lobos, mitos y leyendas** que nos permite conocer el patrimonio natural y cultural de los bosques que cobran vida en las noches de luna llena.

The inspiration for the name of this house – Abeiro da Loba ('The She-wolf's Refuge') – came from its history, which in turn led to the creation of the **Night of the Wolves, Myths and Legends** experience and chance to discover the environmental and cultural heritage of the forests that come alive under the full moon.

## Máis info e reservas:

MÁS INFO Y RESERVAS · MORE INFO AND BOOKINGS



abeirodaloba@gmail.com



+34 680 690 989

ABEIRO DA LOBA  
Madelos, 3 · 15814 Sobrado, A Coruña



Papel 100% reciclado para garantir o menor impacto ambiental e propiciar un desenvolvemento ecolóxico e sostenible.



[turismo.marinasetanzos.gal](http://turismo.marinasetanzos.gal)

## NOITE DE LOBOS mitos e lendas



NIGHT OF THE WOLVES  
Myths and Legends

EXPERIENCIAS DA  
**BIOSFERA**  
...cinco sentidos  
BIOSPHERE EXPERIENCES · FIVE SENSES





## Experiencia

A experiencia **Noite de Lobos, mitos e lendas** é un relato de misteriosas historias que rodean a figura do lobo, animal que é patrimonio cultural e natural de Galicia. Esta experiencia tamén ten un componente Starlight, xa que o relato xira ao redor da lúa, o astro máis visible e influente.

Ademais, complementábase cunha ruta no bosque na busca de rastros que puidera deixar a fauna. Todas as experiencias inclúen unha cesta de alimentación con produtos certificados na **Reserva de Biosfera Mariñas Coruñesas**.

A experiencia ten tres paquetes a elixir:

- **Paquete Pepa**
- **Paquete Mito**
- **Paquete Loba**

## Experiencia

La experiencia **Noche de Lobos, mitos y leyendas** es un relato de misteriosas historias que rodean la figura del lobo, animal que es patrimonio cultural y natural de Galicia. Esta experiencia también tiene un componente Starlight, ya que el relato gira alrededor de la luna, el astro más visible e influente.

Además, se complementa con una ruta en el bosque en busca de rastros que haya podido dejar la fauna. Todas las experiencias incluyen una cesta de alimentación con productos certificados en la **Reserva de Biosfera Mariñas Coruñesas**.

La experiencia tiene tres paquetes a elegir:

- **Paquete Pepa**
- **Paquete Mito**
- **Paquete Loba**

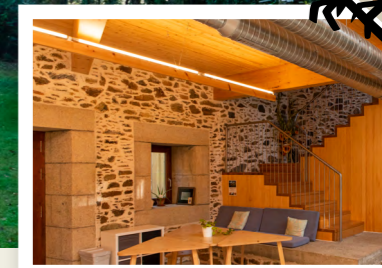
## Experience

The **Night of the Wolves, Myths and Legends** experience provides an intriguing insight into the mysteries surrounding the wolf – an animal that is an essential part of Galicia's cultural and environmental heritage. The experience also features a Starlight component, as the narrative revolves around the moon—the most visible and influential celestial body.

The experience is further enriched by a forest walk in search of traces of wildlife. Each experience includes a specially prepared food hamper containing products bearing the quality seal of the **Mariñas Coruñesas Biosphere Reserve**.

The experience includes a choice of three packages:

- **Pepa Pack**
- **Mito Pack**
- **Loba Pack**



### Paquete Pepa MAÑANA OU TARDE (3 horas)

- Ruta de sendeirismo Rastros e Pegadas
- Mitos e lendas
- Merenda da Biosfera

### Paquete Mito TARDE E NOITE EN ABEIRO DA LOBA

- Ruta de sendeirismo Rastros e Pegadas (17:00 h-2 horas)
- Mitos e lendas: ceo nocturno, sons da natureza, queimada... (22:00 h-1 hora)
- Doce amencer con Almorzo da Biosfera

### Paquete Loba FIN DE SEMANA EN ABEIRO DA LOBA

- Ruta de sendeirismo Rastros e Pegadas e colocación de cámaras de fototrampeo (17:00 h-2 horas)
- Mitos e lendas: ceo nocturno, sons da natureza, queimada... (22:00 h-1 hora)
- Doce amencer con Almorzo da Biosfera
- Visionado de cámaras (12:00 h)



### Paquete Pepa MAÑANA O TARDE (3 horas)

- Ruta de senderismo Rastros y Huellas
- Mitos y leyendas
- Merienda de la Biosfera

### Paquete Mito TARDE Y NOCHE EN ABEIRO DA LOBA

- Ruta de senderismo Rastros y Huellas (17:00 h-2 horas)
- Mitos y leyendas: cielo nocturno, sonidos de la naturaleza, "queimada"... (22:00 h-1 hora)
- Dulce amanecer con Desayuno de la Biosfera

### Paquete Loba FIN DE SEMANA EN ABEIRO DA LOBA

- Ruta de senderismo Rastros y Huellas y colocación de cámaras de fototrampeo (17:00 h-2 horas)
- Mitos y leyendas: cielo nocturno, sonidos de la naturaleza, "queimada"... (22:00 h-1 hora)
- Dulce amanecer con Desayuno de la Biosfera
- Visionado de cámaras (12:00 h)

### Pepa Pack MORNING OR AFTERNOON (3 hours)

- Tracking and Tracing route
- Myths and Legends
- Biosphere picnic

### Mito Pack EVENING AND OVERNIGHT STAY AT ABEIRO DA LOBA

- Tracking and Tracing route (5 p.m.-2 hours)
- Myths and Legends: the night sky, sounds of nature, *queimada* ritual... (10 p.m.-1 hour)
- Sweet dawn and Biosphere Breakfast

### Loba Pack WEEKEND AT ABEIRO DA LOBA

- Tracking and Tracing hiking route and camera trap placement (5 p.m.-2 hours)
- Myths and Legends: the night sky, sounds of nature, *queimada* ritual... (10 p.m.-1 hour)
- Sweet dawn and Biosphere Breakfast
- Camera footage viewing (12 midnight)

