

NORMATIVA E RACCOMANDAZIONI PER LA VISITA

Ogni anno passano da quest'isola migliaia di persone, quindi ogni singola azione si moltiplica per mille. Per questo è molto importante che tu tenga presente questa normativa.



Riporta la tua spazzatura con te. Sull'isola non ci sono contenitori. Spegni bene le cicche e portale con te.



Non molestare o dare da mangiare agli animali. Nemmeno strappare dalle rocce o portare via cozze, patelle, lumache di mare, ecc.



Non raccogliere fiori o frutti. Sono necessari allo sviluppo delle piante e, inoltre, sono l'alimento di molti animali.



Non circolare al di fuori dei sentieri segnalati. Non accedere alle dune o alle scogliere. La tua sicurezza e la conservazione di molte specie dipendono da questo.



Non è permesso accendere fuochi.



Si permette di accampare esclusivamente nel camping.



Il volo di droni o aquiloni non è permesso.



È proibito portare animali (fatta eccezione per i cani guida). Gli animali domestici possono causare danni agli animali e alle piante selvatiche.



Per navigare, fare immersioni o praticare snorkeling è **necessaria l'autorizzazione: www.iatlanticas.es**

Legge 15/2002, Decreto 274/99, Legge 42/2007, Decreto 177/2018.

PARCO NAZIONALE MARITTIMO TERRESTRE DELLE ISOLE ATLANTICHE DELLA GALIZIA

IT



ARCIPELAGO DI ONS

SAPEVI CHE...?

...sotto il mare ci sono boschi? Questi boschi sono formati da grandi alghe che forniscono alimento e rifugio a centinaia di specie. Fondali di alghe, sabbia e scogli formano un mosaico di paesaggi per le diverse forme di vita marina, il valore naturale principale del Parco.

...l'isola di Ons è abitata? I suoi abitanti sono nati sull'isola e vivono molto legati ad essa, con abitudini collegate al mare e all'isolamento. Presso il Centro visitatori potrai scoprire di più su di loro.

UFFICIO DEL PARCO NAZIONALE:
C/ Oliva 3, 2º, 36202, Vigo / T. 886218090

CENTRO VISITATORI:
C/ Palma 4, 36202, Vigo / T. 886218082

iatlanticas@xunta.gal / www.illasatlanticas.gal/es
www.facebook.com/IlasAtlanticasGalicia
www.instagram.com/pnillasatlanticasgalicia/

Dai una nuova vita al tuo depliant. Riportalo al punto informazioni.



UN PARCO NAZIONALE NASCOSTO SOTTO L'ACQUA.

Si tratta di un'area protetta molto singolare perché la maggior parte della sua superficie è costituita dal mare. Le isole Cies, Ons e Sálvora emergono creando una barriera naturale che protegge le Rias Baixas dall'impeto dell'oceano, mentre Cortegada si trova al riparo, all'interno della ria.



Confini del Parco Nazionale. Superficie totale 8.480 ha

DIVERSI PAESAGGI DA CONOSCERE SULL'ISOLA:

LE SPIAGGE si trovano sulla costa più tranquilla, dove il mare deposita la sabbia. Questa sabbia viene trattenuta dalle piante della duna, evitando così l'erosione della spiaggia.



Piro-piro e Charadrius

Cercano alimento sulle spiagge.



Santolina delle spiagge

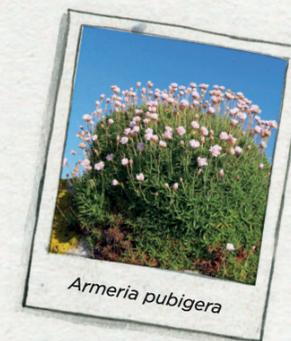
Si veste di bianco per evitare il calore.



Linaria arenaria

Trovano sulle isole uno dei loro ultimi rifugi.

I BORDI DELLA SCOGLIERA, sulla costa più esposta, dove il mare colpisce le rocce. Shhhhh...! C'è un asilo-nido di uccelli marini.



Armeria pubigera

Pianta che sopravvive tra le rocce, sopportando il vento e le salsedine.

In queste isole c'è una delle più grandi colonie riproduttive di questi due uccelli marini.



Giovane Marangone dal ciuffo



Gabbiano reale zampegialle

LA MACCHIA. Le spine del ginestrone sono un'ottima difesa per la pianta e per coloro che vi si rifugiano. La sua spettacolare fioritura durante la primavera tinge di giallo le isole.

È una farfalla protetta in Europa perché sta scomparendo in molti luoghi.



Euphydryas aurinia

La ginestra di Ons È esclusiva di questa isola. Insieme al ginestrone resiste ai forti venti carichi di sale che sconfiggono gli alberi.



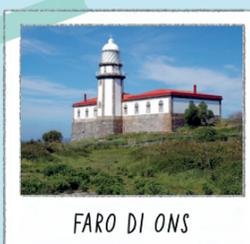
Lucertola ocellata

La lucertola più grande d'Europa.



SIMBOLI DELLA CARTINA DEGLI ITINERARI

- Faro di Ons
- Itinerario Sud
- Itinerario Nord
- Itinerario do Castelo
- Punto informazioni
- Assistenza sanitaria
- Punto panoramico
- Centro Visitatori
- Zona di immersione (Non allontanarsi dalla costa)
- Altri accessi
- Accesso non consentito dal 1/04 al 31/08 per la riproduzione degli uccelli
- Area ristoranti/Bar
- Campo giovani
- Porto / Zona di evacuazione
- Osservatorio ornitologico
- Area di ancoraggio regolamentata
- Bagni



Nel punto più alto dell'isola, è uno degli ultimi ancora abitati dai guardiani del faro. Il suo interno non si può visitare.

Una crepa nella scogliera che si affaccia verso i temporali marini del sud, che hanno reso più grande e profonda la grotta fino a farne crollare il tetto, creando una galleria tra mare e cielo. Cammina con cautela.



PUNTA DO RABO DA EGUA
INSENATURA DI FEDORENTOS
PUNTO PANORAMICO DI FEDORENTOS

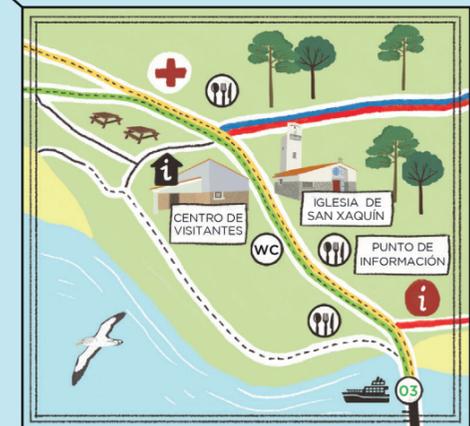
ISOLA DI ONZA O ONCETA
PUNTA DOS GALOS
ALTO DE ONZA 72 m



Offre splendide viste sull'isola di Onza, sulle isole Cies e sulla ria di Pontevedra. In estate i piccoli di gabbiano trovano asilo sulla scogliera pertanto, per non disturbarli, non uscire dal punto panoramico nè dare loro da mangiare.



Tra gli scogli vicini alle spiagge si può osservare una grande varietà di vita marina. Scoprila con l'aiuto di una maschera da sub senza toccarla nè alimentarla. Per usare una cintura di pesi di piombo è necessario un permesso del Parco.



QUARTIERE DI CURRO
Costruito dallo Stato negli anni '60 per dotare l'isola di scuola, chiesa, centro civico, silos e un cortile per riunire il bestiame.

CENTRO VISITATORI
L'antica scuola accoglie ora un'esposizione sulla storia e i costumi degli abitanti di Ons.



SPIAGGIA DI MELIDE
Tradizionalmente nudista, dove potersi fare un bagno ed ammirare la fauna marina e la flora dunare (senza calpestarla).



Punto panoramico circondato dalle rovine di una fortezza difensiva del XIX secolo.



ITINERARI NELL'ARCIPELAGO DI ONS

Tutti i sentieri dei percorsi sono indicati con lo stesso colore che appare sulla cartina. Partono dal punto informazioni del Parco, dove ci si può informare sui percorsi, sulle pubblicazioni in prestito, sulle attività da realizzare sull'isola, ecc. Prima di cominciare a camminare, gira il depliant e assicurati di conoscere la normativa.

CONSIGLI PER LA PASSEGGIATA

- Porta con te l'acqua.
- Usa la protezione solare, un cappellino e scarpe sportive.

ACCESSIBILITÀ

I tratti in cemento vanno dal porto al Faro e dal porto al quartiere di Canexol. Indicati sulla cartina come:



I tratti in cemento vanno dal porto al Faro e dal porto al quartiere di Canexol.

+INFO

+ info sui percorsi sulla web del Parco.



ITINERARIO DEL FARO DI ONS

Distanza: 4 km / **Durata:** 1 h 30 min (percorso circolare) / **Dislivello:** 120 m
È il percorso più frequentato. Sale dolcemente dall'interno dell'isola fino al faro (non visitabile). È uno degli ultimi ancora abitati dai guardiani del faro. Torneremo dalla zona ovest fino a raggiungere l'insenatura di Caniveleñas, da dove torneremo al punto di partenza. Dal punto più alto dell'isola, l'emblematico faro di Ons domina il paesaggio sulla ria. La meravigliosa insenatura di Caniveleñas ci permette di ammirare la durezza del mare aperto.

ITINERARIO SUD

Distanza: 6,2 km / **Durata:** 2 h (percorso circolare) / **Dislivello:** 86 m
Itinerario molto completo che percorre tutta la metà sud dell'isola; dalle dolci spiagge che guardano verso la ria, come Area dos Cans o Canexol, fino alle ripide scogliere del lato ovest. Ti godrai le spettacolari viste dal punto panoramico di Fedorentos, con Onza e le Isole Cies sullo sfondo, e il mitico Buraco do Inferno (buco dell'inferno), modellato dalla forza dell'Atlantico.

ITINERARIO NORD

Distanza: 8,1 km / **Durata:** 2 h 30 min (percorso circolare) / **Dislivello:** 100 m
È l'itinerario più lungo e percorre la parte nord dell'isola, prima attraverso il dolce pendio orientale con viste sulla ria fino alla spiaggia di Melide, per poi salire poco a poco verso ovest, dove l'oceano Atlantico domina il paesaggio. Sugli scogli appartati è facile osservare i marangoni dal ciuffo che si asciugano le piume al sole. Accesso a Punta Centolo non consentito dal 1/4 al 31/8.

ITINERARIO DO CASTELO

Distanza: 1,1 km / **Durata:** 25 min (percorso circolare) / **Dislivello:** 33 m
È il percorso più semplice e breve. Dalla spiaggia di Dornas parte un piccolo sentiero che scorre lungo la costa orientale fino al punto panoramico del Castelo. Da lì ritorniamo da un sentiero interno verso il quartiere di Curro e il porto. La dorna è un'imbarcazione tradizionale che in un altro tempo era frequente ad Ons. A punta Castelo ci sono le rovine di una fortezza difensiva del XIX secolo.

