



Rego do Val

A Estrela escondida da zona, sorprendente por inesperado, continuo e vertical con Maiúscula. Si se realiza con **caudal alto**, pode considerarse tecnicamente e **delicado en algún punto**.

Con caudal medio, e baixo, que é o habitual, segue sendo técnico e moi estético. **Son 19 rapeles**, encaixados, acuáticos e verticais, sen ensacar a corda en ningún momento. Formado en Esquistos pizarrosos, brandos.-

Aproximación en coche.

Dende Fogoso do Courel, tomar dirección **Quiroga por LU-651**, ata curva moi pronunciada, en cambio de rasante a esquerda. En esa curva tomaremos unha pista por esquerda ascendente. A 1Km 800 mts divisamos nave industrial abandonada. A 1Km 800 mts divisamos nave industrial abandonada **"o secadero"**, ese é o punto de parking de aproximación a Rego do Val.

Acceso .

Tomamos senda clara que pasa baixo a nave industrial, e que se dirixe a un prado cerrado de muro con unha construción interior. Xa se adiviña o inicio que parece vestido inicialmente pero que se despexa no primeiro rápel.

Descenso.

Delicadas cabeceiras iniciais por terreno esvaradío, aconsellable enlazar rápeles, de seguido ábrese en un **R 25**, para logo entrar en zona estreita encaixada de rápeles curtos e enlazados. Abre de novo en un **R 18** con algo de roce, precaución. De novo zona de estreitos e continuos rápeles curtos, con especial beleza pola súa sinuosidade, ata chegar os 3 rápeles finais. Prestar especial atención, **R 16, R 15, R 30**, aconsellamos que se enlacen encordados, preparar estratexia antes de iniciar. **Punto delicado en rápel final**, un albor de 30 mts en unha repisa para 2 persoas. Escape inmediato a esquerda, onde se situará primeiro coche na curva da Vía LU-651 a saída de Folgoso, zona de recreo e descanso amplísima.

Materiais:

Neopreno completo / 2 cordas de 30 m / bagas de anclaxe / descendedor.
Descenso equipado con anclaxes químicos e parabolts con Fixe2

Tempos:

Aproximación desde Folgoso en coche 10 min. Entrada no río 5min.
Descenso 2:30 horas.
Escape final 2 min.
Necesarios 2 coches. **Combinable con Canón das Feienteiras.**