

Estimados lectores,

queremos agradecer a todos los establecimientos de esta ciudad tan acogedora y cálida que hayan confiado en nosotros para poder publicar la segunda edición de esta revista.

Esperamos que esta publicación ayude a tomar a nuestros lectores una decisión acertada a la hora de ir de compras o disfrutar de los mayores sabores de la rica gastronomía de esta ciudad.

Muchas gracias a todos.

Estimados lectores,

queremos agradecer a todos os establecementos de esta cidade tan acolledora e cálida que confiasen en nós para poder publicar a segunda edición de esta revista. Esperamos que esta publicación poida axudar os nosos lectores a tomar unha decisión axeitada a hora de mercar ou disfrutar dos sabores da rica gastronomía desta cidade.

Moitas gracias a todos.

Sumario

En Ourense podrás encontrar:

La mejor moda y los complementos más actuales. Pág. 2 a 15

Salud, Belleza y Bienestar al alcance de tu mano. Pág. 16 a 17

Excelente gastronomía... Come, Cena y Tapea. Pág. 24 a 26

Administración y Servicios Especializados. Pág. 27 a 30

EDITA E DISTRIBÚE:



Tel. 436 22 73 16

www.decomprasourense.com

DESEÑO E MAQUETACIÓN:

C/ San Antonio, 9
36001 - Pontevedra
986 106 207



[f /unicopublicidad](https://www.facebook.com/unicopublicidad)

FOTOGRAFÍAS:



Av. Hobans, 87 - Tel./Fax: 988 24 87 01
fotogramourense@hotmail.com

FOTOREPORTAJE
TURISMO Y TERMAS:

Cedido por el
Excmo. CONCELLÓ de OURENSE

Dep. Legal: PO-0 | /20 15

Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida ni en todo ni en parte, ni registrada ni transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia, o por cualquier otro, sin permiso previo por escrito del autor.



ESTEBAN

Tienda de ropa para Hombre



ERMENEGILDO ZEGNA
HERNO
POLO RALPH LAUREN
MARCO PESCAROLO
SANTANIELLO
CORNELIANI
Z ZEGNA
GHOUD
TAGLIATORE
FEDELI
LUIGI BORRELLI
MANDELLI
VALSPORT
KIREO
DRAKE'S
HARRIS WHARF LONDON
MONTECORE
HACKETT
ESEMPLARE
TATRAS

Curros Enríquez, 17 | 32003 Ourense | Teléfono 988 371 495 | www.estebanorense.es





Hotel Princess
★ ★ ★ ★ ★



Av. de la Habana, 45 - 32003 Ourense
Tel. 988 269 538 - Fax 988 269 825

www.hotelprincess.net
hprincess@hotelprincessoreense.com

BRIONI
GUCCI
DOLCE&GABBANA
LORO PIANA
ETRO
CANALI
MONCLER
DSQUARED
FAY
BRUNELLO CUCINELLI
FENDI
HERNO
SAINT - LAURENT
VALENCIAGA
GOLDEN GOOSE DELUXE BRAND
JIMMY CHOO
SERGIO ROSSI
TOD'S
HOGAN
CHURCH'S
SANTONI
SALVATORE FERRAGAMO
RED VALENTINO



DM
DELFIN & MARIA
DIVI

www.delfinymaria.com

Paseo, 19 • Telf.: 988 213 929
32003 - Ourense



STERLING

www.sterling-luxury.com

San Miguel, 11 • Telf.: 988 240 400
32005 - Ourense

JESUS

www.jesus-luxury.com

Paseo, 29 • Telf.: 988 216 353
32003 - Ourense



Hotel Francisco II

★★★★

www.ga-hoteles.es

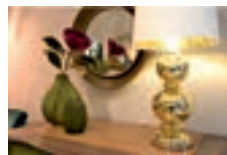
Bedoya, 17 - Esq. Buenos Aires
32004 Ourense
Tel. 988 24 20 95 - Fax 988 24 24 16
hfranciscoii@gmail.com



- Climatización
- Café
- Centro de negocios
- Gimnasio
- Sala TV
- Parking
- Restaurante
- Peluquería
- Baño Turco
- Wifi
- TV SAT
- Consigna
- Mini-Bar
- Caja fuerte
- Secador pelo

María Cabanelas Interiorismo

MARÍA CABANELAS
INTERIORISMO



Proyectos de Interiorismo
Mobiliario
Decoración de Interiores
Equipamiento
Armarios a Medida

C/ Ramón Cabanillas 4, bajo
32004 Ourense
Tel.: 676 08 88 31
mariacabanelasalvarez@gmail.com
www.mariacabanelas.com

Souto Galería de Arte



Paz Nóvoa, 1 - 32003 OURENSE
T.988 510 060 - Fax 988 510 075

Rosalía de Castro, 41 - 36201 VIGO
Tel./Fax 986 227 678

TALLERES
Lg. Cumial, Industria 25 -
32600 Seixalbo
T. 988 391 119 - Fax 988 391 953

marcosymoldurassouto@hotmail.com
[facebook.com/marcosymoldurassouto](https://www.facebook.com/marcosymoldurassouto)





marina domínguez

ANNA MORA
BASLER
CAMBIO
DIVUIT
ESCORPION
FRANK LYMAN
LASERRE
LEO & UGO
NAUOVER
PASSIONI
RIBKOFF

Rúa Bedoya 2, Ourense
988 25 05 95



MAYNA

1969-2019
50 Años de Moda

Aguaclara, Brand, Christina Felix,
Cop Copine, Divas, Donjaz, Esprit,
Frieda & Freddie, Indi&Cold, Jocavi,
Kartika, Lebek, Leyenda, Mac, Miette,
Miguel Meil, Montoto, Rinascimento,
Sidecar, Sonia Peña, Yhocos...

LAMAS CARVAJAL 26
OURENSE
988 22 25 35



GÉNESIS HISTÓRICA DE LA CIUDAD

OURENSE

CASCO ANTIGUO



Plaza Mayor

Un paseo por el casco antiguo de Ourense, génesis histórica de la ciudad, es mucho más que un caminar por calles laberínticas y plazas empedradas de inmensa belleza donde la arquitectura barroca y decimonónica convive con edificaciones tradicionales rehabilitadas que se encargan de recordarnos un pasado de nobles escudos, oficios tradicionales y artistas. Constituye, también, toda una experiencia para los sentidos. Y es que sus plazas concentran buena parte de la oferta hostelera y gastronómica, así como de ocio nocturno, además de ser un escaparate vivo del comercio y artesanía locales.

“La Plaza Mayor es el núcleo alrededor del que se ubican los edificios más significativos de la zona antigua: la sede del Ayuntamiento y el antiguo palacio arzobispal, hoy Museo Arqueológico”

Los primeros vestigios de la ciudad de Ourense hay que buscarlos durante la época romana en As Burgas, donde nos encontramos con los eternos tres caños de la fuente principal, la piscina termal y el Centro de Interpretación, auténtico oasis verde de la zona antigua. A un par de minutos a pie desde allí nos adentramos en la Plaza Mayor, el núcleo alrededor del que se ubican los edificios más significativos de la zona antigua: la sede del Ayuntamiento y el antiguo palacio arzobispal, hoy Museo Arqueológico. Lugar de encuentro por excelencia en la ciudad y escenario de fiestas y ferias, llama la atención la inclinación de su suelo, lo que la hace excepcional entre todas las plazas mayores de España. Bajo sus soportales, donde antaño se situaba el comercio, se concentra ahora una oferta hostelera para todos los gustos y edades que, especialmente en periodo estival, refugia a propios y extraños de los rigores de la canícula, sin duda un marco excelente para una buena conversación o, simplemente, para contemplar el bullicio de la vida en la ciudad.

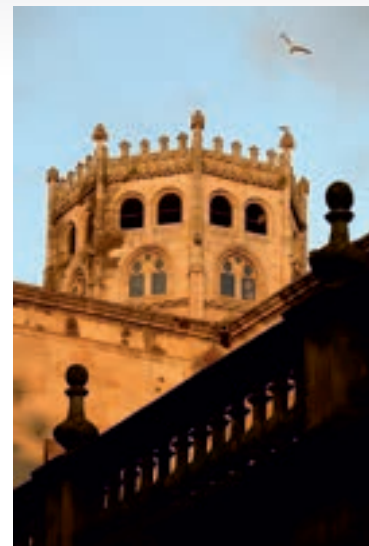


Catedral

A nada que levantemos la vista nos topamos con la Catedral de San Martiño, cuyo altar mayor está datado en el año 1188. De estilo románico de transición, su planta responde a la de una iglesia de peregrinación como la de Santiago de Compostela, con la que guarda numerosas similitudes entre las que destaca el Pórtico del Paraíso (similar al pórtico de la Gloria compostelano, pero con la policromía intacta y representando un coro de apóstoles tocando diferentes instrumentos). En su interior guarda valiosísimos tesoros que merece la pena descubrir, como la capilla barroca que alberga la talla del santo Cristo, muy admirado por los ourensanos y al que, se cree, no para de crecerle el pelo.

Pero la catedral es bella también por fuera, desde cualquier de los diferentes ángulos desde los que se observe. Su fachada principal está rodeada de edificios próximos y algo escondida, pero merece la pena situarse a los pies de la moderna escalinata y contemplar sus tres arcadas, dividida la central por un parteluz y coronada por un gran rosetón. El acceso más habitual al templo, sin embargo, es el de las puertas sur o norte.

Retomamos el recorrido precisamente en la puerta norte de la catedral y atravesamos la antigua calle de la Obra - hoy Lepanto-, que recibió su nombre por acoger a los canteros y trabajadores que construyeron la catedral. Hoy en día, es el centro de las calles que conforman el núcleo de la zona de Vinos, espacio para el tapeo y la vida nocturna.





Puente Romano

En este lugar podemos visitar el Museo Municipal, edificio que perteneció a los Méndez Montoto, de estilo renacentista -siglo XVI- y que, después de su remodelación en 1987, dispone de tres plantas, dos dedicadas a exposiciones temporales de arte contemporáneo y una tercera con una muestra permanente del artista Prieto Nespereira.

En la misma calle podremos hacer una parada y recuperar fuerzas con algunos de los mejores productos de la gastronomía local, que aquí se presentan en forma de tapas y pinchos, acompañado de un vino de alguna de las cinco denominaciones de origen que tenemos en la provincia. Si optamos por seguir, la calle desemboca en la plaza del Hierro, que recibe este nombre de los mercaderes que vendían hierro en épocas anteriores y hoy está presidida por una fuente procedente del monasterio de San Estevo de Ribas do Sil. Esta, como otras de las muchas fuentes que podremos encontrar por la ciudad, vienen de ese mismo monasterio o del de Oseira, y fueron traídas en tiempos de la desamortización. La plaza del Hierro cierra el triángulo mágico del casco antiguo y da la bienvenida al ensanche de la ciudad. Y es que, pese a que la ciudad nunca estuvo amurallada, aquí se encontraba la Porta da Corredoira antes de que llegase la Iglesia de Santo Domingo, unos metros más adelante.

Muchas fuentes de la ciudad proceden de los monasterios de San Estevo de Ribas do Sil y del de Oseira, y fueron traídas en tiempos de la desamortización.

Desde este punto tenemos tantas oportunidades como queramos para seguir disfrutando de la ciudad: adentrándonos de nuevo en el casco histórico optando por las calles de la Paz, rebotante de comercios y establecimientos hosteleros y sede del Teatro Principal, descendiendo por la San Miguel para encontrarnos algunos de los mejores restaurantes de Ourense camino de los Jardincillos del Padre Feijóo, donde podremos informarnos mejor sobre los rincones con encanto de la ciudad en la Oficina de Turismo, ascendiendo hacia el parque de As Mercedes para descansar a la sombra de los árboles y sentir el bullicio del agua corriendo a nuestro alrededor, o adentrándonos en las calles Santo Domingo o Paseo, centro neurálgico de las compras en la ciudad. Sea cual sea nuestra elección, lo difícil va a ser no encontrar algún pretexto por el que pararnos a disfrutar intensamente de la ciudad de Ourense.



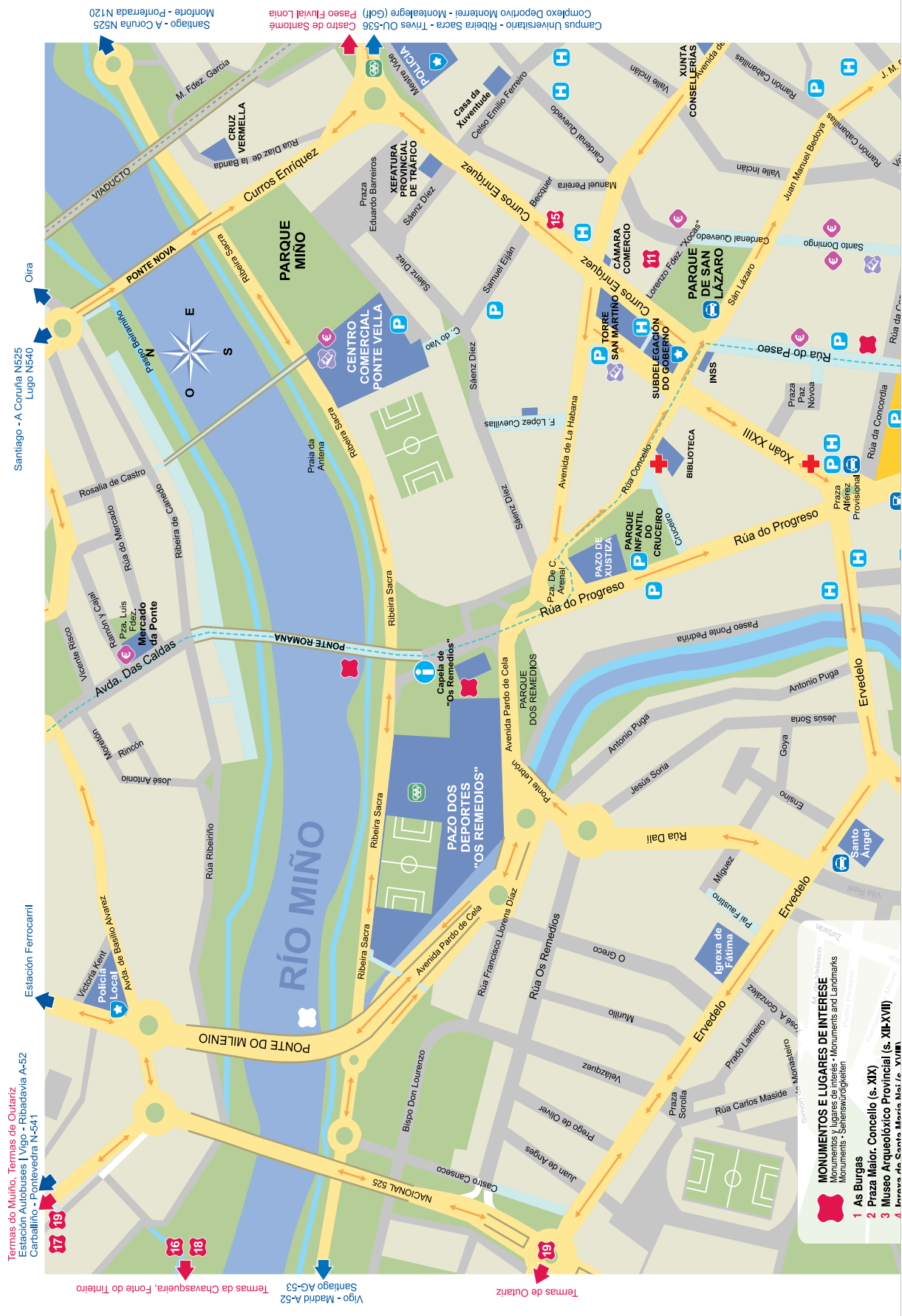
OURENSE MONUMENTAL

“Belleza y patrimonio,
arte y arquitectura”

Ourense atesora un patrimonio monumental de gran **belleza**. Iglesias, catedral, pazos, plazas, **fuentes**, puentes... forman un conjunto histórico que resulta imprescindible visitar. Estos son algunos de los lugares en los cuales podrá disfrutar del **arte y arquitectura** de Ourense.

- Las Burgas
- Plaza Mayor
- Museo arqueológico
- Iglesia de Santa María Nai
- Plaza de la Magdalena
- Museo Provincial
- Catedral de San Martiño
- Iglesia de Santa Eufemia
- Pazo Oca-Valladares (Liceo)
- Alameda
- Iglesia de la Trinidad
- Plaza de los Santos Cosme y Damián
- Convento de San Francisco
- Plaza do Ferro
- Iglesia de Santo Domingo
- Iglesia de los Franciscanos
- Puente Romano
- Conjunto arqueológico de Santomé





Termas de Ouatanz
 Estación Autobuses | Vigo - Ribadavia A-52
 Carballiño - Pontevedra N-541

Termas do Muíño, Termas de Ouatanz
 Estación Ferrocarril

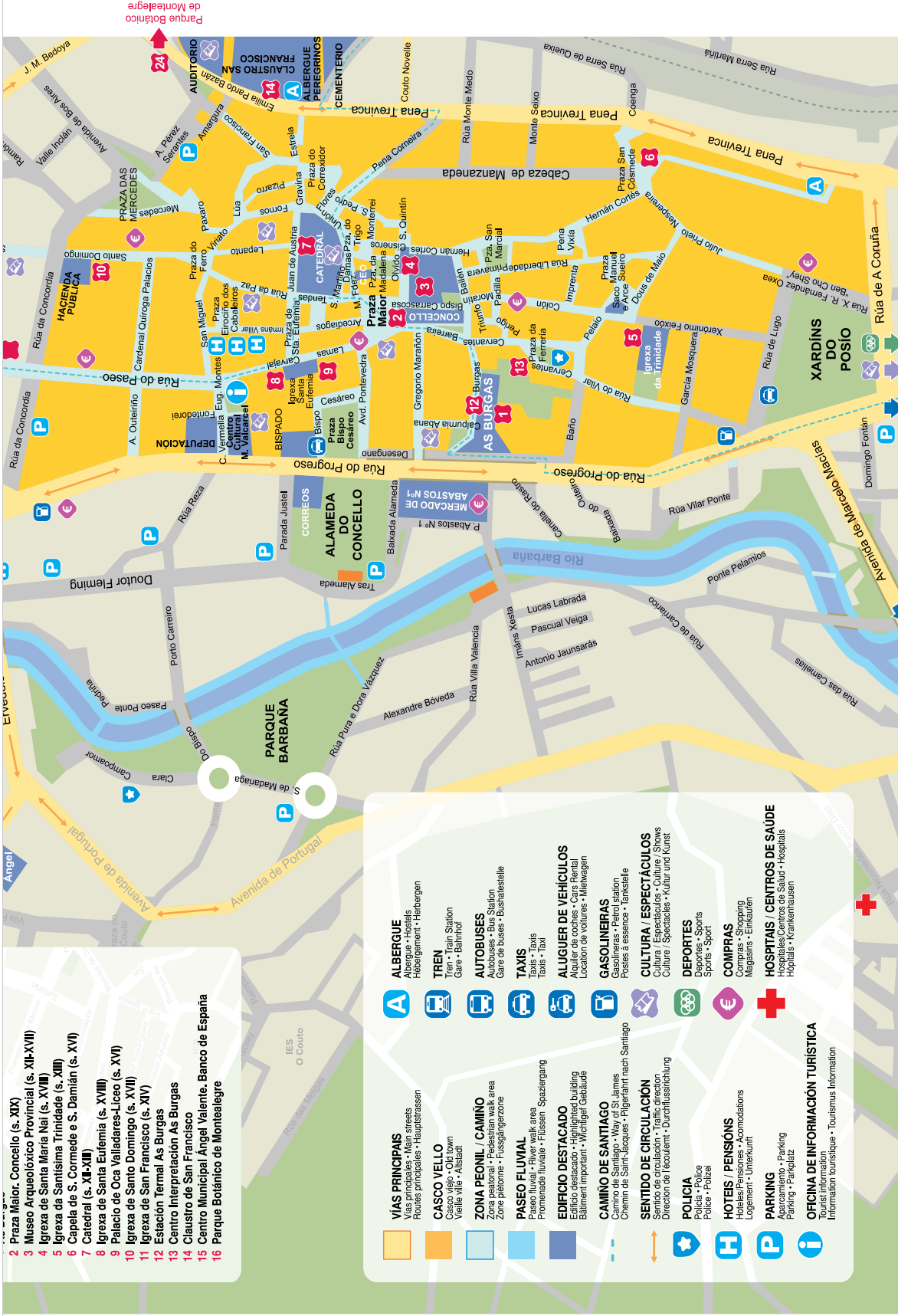
Vigo - Madrid A-52
 Santiago AG-53
 Termas da Chavesqueira, Fonte do Tineiro

Santiago - A Coruña N525
 Lugo N540






















Complexo Universitario - Ribeira Sacra - Trives OI-536
 Paseo Fluvial Lonia
 Casro de Santomé

Santiago - Pontevedra N120

- MONUMENTOS E LUGARES DE INTERESE**
 Monuments & Places of Interest, Monuments and Landmarks
 Monumente • Sehenswürdigkeiten
- 1 As Burgas
 - 2 Praza Maior, Concello (s. XIX)
 - 3 Museo Arqueolóxico Provincial (s. XII-XVII)
 - 4 Irrova de Santa María Maior (s. VIII)



- 2 Praza Maior, Concello (s. XIX)
- 3 Museo Arqueolóxico Provincial (s. XII-XVIII)
- 4 Igrexa de Santa María Maior (s. XVIII)
- 5 Igrexa de Santísima Trindade (s. XIII)
- 6 Capela de S. Cormede e S. Damián (s. XVI)
- 7 Catedral (s. XII-XIII)
- 8 Igrexa de Santa Eufemia (s. XVIII)
- 9 Palacio de Oca Valladares-Liceo (s. XVI)
- 10 Igrexa de Santo Domingo (s. XVII)
- 11 Igrexa de San Francisco (s. XIV)
- 12 Estación Termai As Burgas
- 13 Centro Interpretación As Burgas
- 14 Claustro de San Francisco
- 15 Centro Municipal Ángel Valente, Banco de España
- 16 Parque Botánico de Montealegre

 VÍAS PRINCIPALES Vías principais - Main streets Routes principales - Hauptstraßen	 CASCO VELLO Viejo núcleo - Old town Vieux ville - Altstadt	 ZONA PEONIL / CAMINO Zona peonil - Pedestrian walk area Zone piétonne - Fussgängerzone	 PASEO FLUVIAL Paseo fluvial - Walk area Promenade fluviale - Flüssen - Spaziergang	 EDIFICIO DESTACADO Edificio destacado - Highlighted building Bâtiment important - Wichtiger Gebäude	 CAMINO DE SANTIAGO Camino de Santiago - Way of St. James Chemin de Saint-Jacques - Pilgerfahrt nach Santiago	 SENTIDO DE CIRCULACIÓN Sentido de circulación - Traffic direction Direction de circulation - Durchfahrtsrichtung	 POLICIA Policia - Police Police - Polizei	 HOTES / PENSIONS Hotels - Accommodations Logement - Unterkunft	 PARKING Aparcamiento - Parking Parkung - Parkplatz	 OFICINA DE INFORMACIÓN TURÍSTICA Tourist information Information touristique - Tourismus Information	 ALBERGUE Albergue - Hostels Hébergement - Herbergen	 TREN Train - Train Station Gare - Bahnhof	 AUTOBUSES Autobuses - Bus Station Gare de buses - Bushaltestelle	 TAXIS Taxis - Taxis Taxi - Taxi	 ALUGUER DE VEHICULOS Alquiler de coches - Cars Rental Location de voitures - Mietwagen	 GASOLINEIRAS Gasolineras - Petrol station Postes à essence - Tankstelle	 CULTURA / ESPECTÁCULOS Cultura / Espectáculos - Culture / Shows Culture / Spectacles - Kultur und Kunst	 DEPORTES Deportes - Sports Sports - Sport	 COMPRAS Compras - Shopping Magasins - Einkauf	 HOSPITALS / CENTROS DE SAÚDE Hospitales / Centros de Salud - Hospitals Hôpitals - Krankenhäuser
--	---	---	---	---	---	---	--	---	---	---	--	--	---	--	--	--	--	--	--	--

Madrid - Vigo NE25
 Portugal - Ourense OU340
 Polígono San Cibrao das Viñas OUI05
 Parque Tecnolóxico de Galicia
 Expourteise
 Pazo dos deportes Pazo Paz

PROMISE Roser Samon



ROSER SAMON
PROMISE



Rúa Cardenal Quiroga, 14
32002 Ourense
Tel.: 988 06 10 23
promiseourense@gmail.com
www.promise.es

Tilve Buscando comodidad para tus pies

Tilve



Todo tipo de calzado nacional en piel

C/ Ervedelo, 9 32003 Ourense
Tel. 988 226 849 | @tilve1972 | Tilve1972

Komodamoda

*Tallas
Grandes*

Moda joven
hasta la talla
70

Komodamoda

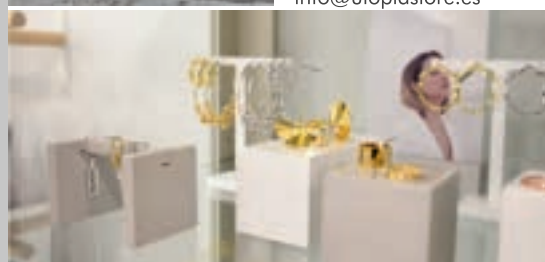
Bedoya 13
988 254 359

Utopía



Plata
Bisutería
Complementos
Regalo

@utopiastore12
info@utopiastore.es



C/ Santo Domingo, 12 - Ourense
Tel.: 988 618 744 | www.utopiastore

Alma Moda



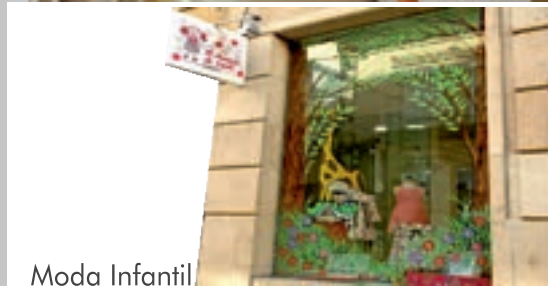
Alma



Moda novia y fiesta - Organización de eventos

C/ Santo Domingo, 42 - Tlf.: 988 060 576 - almamodaourense@hotmail.com

El armario de Lupita



Moda Infantil

Cardenal Quiroga 20, bajo
Tel. 988 782 130 - Ourense



Sargent Major Des histoires plein la tête

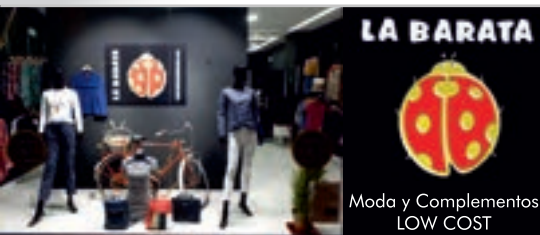


moda infantil



C/ Concordia, 16 - bajo izquierda - 32003 - Ourense - 988 61 87 57

La Barata



LA BARATA



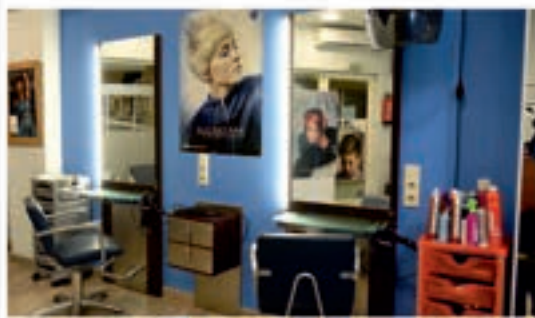
Moda y Complementos
LOW COST

TODO de
4 a 10
EUROS

Av. de Portugal 6, bajo
988 60 55 84 - 676 36 3140
La Barata Ourense Portugal



Natalia Estilistas - Unisex 



Manicura y Pedicura

C/ Valle Inclán, 23 - Galerías Parque, Local 24
Tel.: 988 10 44 59

Bello Estilismo 

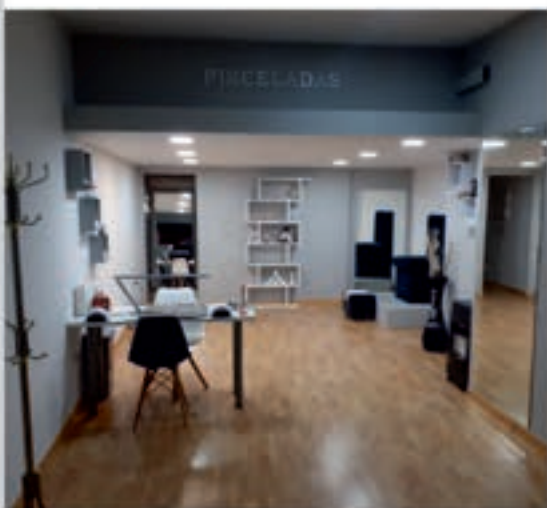


PELUQUERÍA Y ESTÉTICA

C/ Sáenz Díez, 6 bajo
Tel. 988 61 63 40
belloestilismo@gmail.com



Pinceladas 



Salón de Estética
Uñas

Av. de Portugal, 10 bajo
Tel. 603 46 38 57

 pinceladasn  pinceladas ourense

Tre Donne Peluqueros 



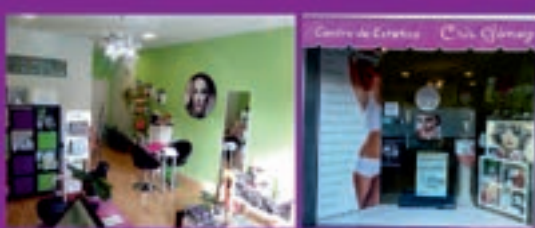
Peluquería y Belleza
Productos 100% orgánicos
y de primera calidad como:

Rúa da Paz, 18 - 32005 Ourense - 988 061 778

 @tre_donne

Cris Gómez Centro de Estética



Centro de Estética *Cris Gómez*
Monseñor Álvarez González, 2 - O COUTO
(Frente a la Iglesia de Fátima) Tel. 988 61 60 02

Style Peluquería



Horario:
L-V: 9:00h. a 20:00h.
Sábado: 9:00h. a 14:00h.

Peluquería - Manicura - Pedicura

Ramón Cabanillas 12
Tel. 988 70 20 13 - Ourense

Más que Uñas



mas~que UNAS

C/ Santo Domingo, 15
(esq. c/ Cardenal Quiroga)
Abierto todos los días:
10:00 a 13:30
16:30 a 20:30
T. 619 33 34 42

Rúa da Sainza, 8
Lunes y miércoles
abierto todo el día.
Martes y jueves
por la mañana.
T. 620 55 57 46

Más que uñas Ourense

Black Poison Tattoo

bpourense@gmail.com
 bpourense
 @blackpoisontattoo
 C/ Cervantes 6, Ourense
 682 465 413
 988 107 314



Natali sif

Peluquería
Estética
Láser
Unisex



Rampa de Sas, 4 - bajo - 988 06 00 89 - 636 14 19 00
Couto - 32002 - Ourense - natalisif@gmail.com





ourense

capital termal

Un oasis en el corazón de Galicia

 Las Burgas

Bañada por el caudaloso río Miño, Ourense es la principal ciudad de la Galicia interior; un destino urbano que sobresale por la calidad y cantidad de sus aguas termales; una producción de más de tres millones de litros diarios. Ciudad dinámica, moderna y acogedora, Ourense ha sabido compaginar su patrimonio termal con la excelente gastronomía de la zona, el arte y la cultura, las fiestas, y una importante oferta comercial y de ocio. Se trata de una espléndida combinación que hace de la ciudad un destino turístico ideal tanto para vacaciones como para negocios, caracterizado por su alta calidad de vida.

La tradición del baño termal en Ourense se remonta más de dos mil años atrás, y está ligada al propio origen de la ciudad, que los expertos sitúan en la zona de **As Burgas**, manantiales de agua caliente en el corazón de lo que hoy es el Casco Antiguo. Este conjunto de fuentes atrajeron durante años a los primeros pobladores romanos fundadores del asentamiento que bautizarían *Aquis Aurienses*, «aguas de oro» y que con los siglos se convertiría en la moderna Ourense. Destaca especialmente la silueta de la Burga de Abaixo, un diseño neoclásico del siglo XIX ya convertido en símbolo de la ciudad.

“El Centro de Interpretación y piscina son de acceso gratuito y abren de martes a domingo. La instalación termal cuenta también con una sauna romana”

Este es un excelente punto de partida para descubrir la oferta termal de la ciudad, pues junto a las fuentes monumentales una gran piscina termal al aire libre invita a sumergirse en sus cálidas aguas en cualquier época del año. El agua de baño es la misma que mana de las fuentes, con una temperatura superior a los 60° que se enfría hasta los 40° aproximadamente. Se trata de aguas de mineralización media, alcalinas, litínicas, fluoradas, silicatadas. Por como está integrada en el entorno, rodeada por la historia y la monumentalidad del Casco Histórico, se trata de una instalación única en la Península Ibérica, situada a sólo unos pasos del Centro de Interpretación Arqueológico Termal de As Burgas, donde se puede visitar los restos de una piscina-santuario fechada en el siglo I d.C.



Burga de Canedo

La oferta termal continúa en la orillas fluviales del Miño, un gran corredor verde peatonal de varios kilómetros para el paseo y las actividades al aire libre donde encontramos diferentes opciones para el disfrute de estas aguas: hasta siete instalaciones repartidas entre fuentes, zonas de baños de uso gratuito y dos magníficas estaciones termales de inspiración japonesa a precios muy asequibles. Es posible acceder a la zona caminando, en bicicleta, en bus urbano o cogiendo el Tren de las Termas, con salida desde la Plaza Mayor. Quienes prefieran desplazarse en coche cuentan con dos zonas de aparcamiento gratuito.

Esta senda fluvial, conocida como Ruta Termal del Miño arranca en la zona de **A Chavasqueira**, la más próxima al centro de la ciudad: dos espacios de baño conviven en este emplazamiento, alimentados por unas aguas de mineralización débil que manan a temperaturas superiores a los 60°C. Junto a las piscinas naturales de agua termal, prácticamente en la orilla del río, se levanta la estación termal de A Chavasqueira. Una instalación de ambiente oriental construida en piedra y madera que nos transporta a la ancestral tradición termal japonesa, el *onsen*. Dispone así de un *rotenburo*, un conjunto de tres piscinas termales al aire libre, un *ofuro* (baño interior de piedra) y el *tsumetal*, una piscina de agua fría para contrastes.

“A Chavasqueira también cuenta con una sauna, construida aprovechando el antiguo templete que existía en la zona, del siglo XIX”





Termas y naturaleza

 Termas de Outariz

A escasos 500 metros de A Chavasqueira encontramos la fuente termal de **O Tinteiro**. Sus aguas, fluoradas, sulfuradas y bicarbonatadas, son muy apreciadas por los vecinos de Ourense por sus propiedades dermatológicas. Está ubicado en un mirador sobre el río desde el que se divisa una panorámica privilegiado de este entorno fluvial.

La siguiente parada en la ruta son las termas de **Muíño da Veiga**, un conjunto de piscinas al aire libre a pie de orilla fluvial, tan integradas en el entorno que se confunden con el río. La zona recibe su nombre del antiguo molino tradicional de agua, hoy completamente restaurado, que allí encontramos. Además de cuatro piscinas de agua termal alimentadas por uno de los manantiales con mayor temperatura en superficie de la península (72°C), existe también un cuarto vaso para baños fríos de contraste.

Outariz es la última parada, es también la más grande y de mayor afluencia para los amantes del termalismo en Ourense. La Estación Termal de Outariz es una de las instalaciones más populares de la ciudad, un espacio continuador de la inspiración japonesa que ya vimos en la Chavasqueira equipado con 11 termas exteriores y 3 interiores. La instalación se organiza en dos circuitos termales: el Zen, construido en madera y piedra con unas aguas calmas que invitan a la relajación y la armonía con el ambiente; y el Celta, también construido en piedra pero donde las aguas presentan más movimiento, con chorros, burbujas y cascadas, ofreciendo una estimulante experiencia especialmente indicada para eliminar tensiones y contracturas musculares.

“Tanto Outariz como Chavasqueira cuentan además con un servicio de cafetería y restaurante donde podemos disfrutar de un buen sushi acompañado de te verde japonés”

La Estación Termal de Outariz se completa además con varias saunas (calor seca o húmedo) y un catálogo de tratamientos de belleza y bienestar que incluyen masajes, envolturas corporales de algas y barros, chocolaterapia o vinoterapia.



 Las Burgas

Separado de la estación termal por un curioso jardín de plantas medicinales y aromáticas las termas exteriores de Outariz y Burga de Canedo son sin duda uno de los espacios verdes más concurridos de la ciudad en cualquier época del año. Se trata de una zona termal al aire libre de acceso gratuito, la más grande de Ourense, organizada en dos conjuntos de piscinas: Outariz, que cuenta con piscina de agua fría y tres calientes, y Burga de Canedo, con tres piscinas dobles caliente y una para baño de contraste.

Estos espacios de baño se ubican, al igual que Chavasqueira y Muíño da Veiga, en una gran zona ajardinada donde destaca la presencia de la exuberante vegetación de ribera; olmos, abedules e incluso sauces. Todas las instalaciones cuentan con vestuarios, aseos, duchas y taquillas, además de zona wifi. Una pasarela peatonal conecta las termas con la orilla opuesta, donde existe un cómodo aparcamiento.

“En Outariz encontramos además un punto de información al bañista y una cafetería”





10 CABREIRO e OUTARIZ



9 OUTARIZ



8 O MUIÑO



4 A CHAVAQUEIRA



5 A CHAVAQUEIRA



- 11 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro / Florar e o Muro
- 12 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 13 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 14 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 15 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 16 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 17 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 18 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 19 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro
- 20 PORTA DAS FLORES / Florar e o Muro

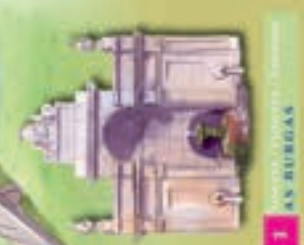
A ROJA DAS TERMAS
BOCA DE LAS TERMAS / THE THERMAS BOUZE

ourense
CERCA DE 220000

www.ourense.travel

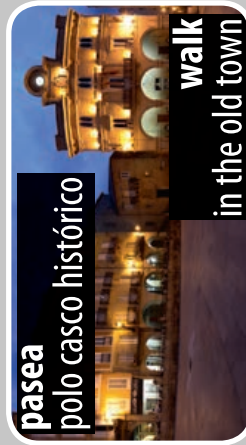
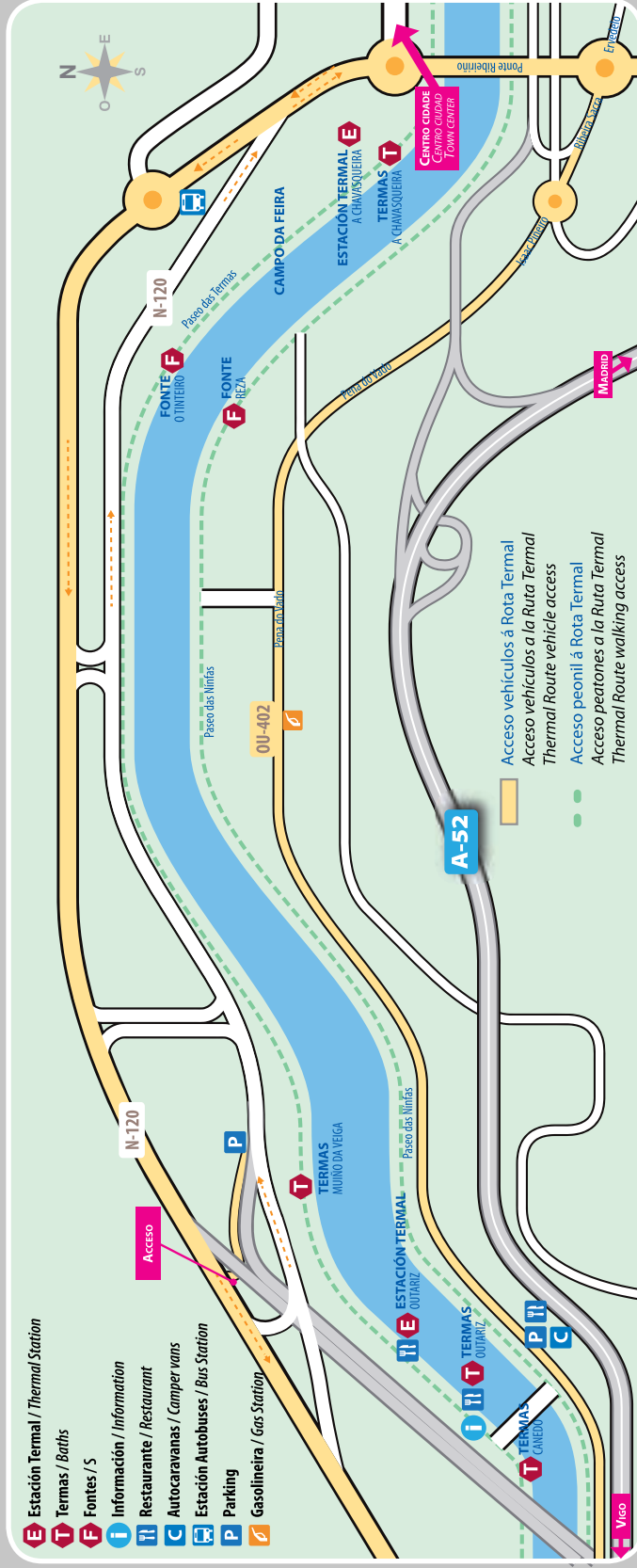


2 AS BURGAS



3 AS BURGAS

Mapa
Cidade Vella / Cidade Antiga / Old Town



pasea
 polo casco histórico
walk
 in the old town



disfruta
 da nosa
 cocíña
enjoy
 our cuisine



reláxate
 nas nosas
 termas
relax
 in our thermal baths



Concello de
OURENSE
 Turismo

ourense
capital thermal

www.turismodeourense.com

(34) 988 366 064

turismo@ourense.es
[facebook.com/capitalthermal](https://www.facebook.com/capitalthermal)
[@capitalthermal](https://www.instagram.com/capitalthermal)



RESTAURANTE - MARISQUERÍA

Cocina tradicional Gallega

San Miguel, 4 bajo
OURENSE
986 686 905

Catro Camiños Restaurante



Horno de Leña
Terraza Exterior (cubierta y descubierta)
Bodega Cosecha Propia
Especialidad en cocina Tradicional Gallega
Repostería casera

Amplio Aparcamiento Privado
Menú del Día y Carta
Miércoles cerrado por descanso

C/ Santa Cruz de Arrabaldo- 32593 - Ourense
Reserva de Mesa: 988 384 115
Fax: 988 384 001
www.restaurantecuatrocaminos.com



A Feiriña

Restaurante - Tapería

Taberna Galega
Pulpería

"O Pulpo de Carballiño
en Ourense"

C/ Hermanos Villar, 15 · 32005 · Ourense · T. 988 06 07 57





Buffet libre con gran variedad para todos los gustos:

sushi, comida china, plancha, postres...



LUNES a VIERNES
MEDIODÍA
8.95€

LUNES a JUEVES
NOCHE
9.55€

Viernes Noche y
Fines de Semana
10.55€

Noches vispera de Festivos
y Festivos
10.55€

Niños Menores de
8 años
5.85€

PRECIO ESPECIAL
Miércoles
Buffet
6.50€*
*Excepto Festivos y Vispera de Festivos

**ZONA DE
JUEGO INFANTIL**

Servicio a domicilio:
JUST EAT **Glovo**

**ABIERTO TODOS LOS DÍAS
DE 12:00 A 16:30 Y DE 19:30 A 24:00H**

Valle Inclán 39, 32004 Ourense
988 686 173 - 988 686 166



Bar Orellas



Sabrosas orellas
Bons pinchos
Bon viño
bon xamón

Rúa da Paz, 6
Tel.: 988 22 50 39



Lugra



Productos Gallegos

Pan | Empanadas
Empanadillas | Bollería
Pasteles | Tartas | Bicas
Galletas | Almendrados
Caramelos y Chuches



Alimentación deshidratada a granel
(legumbres, algas, setas, fruta, harinas, semillas, frutos secos, arroces, pasta)

Cursos de Cocina

C/ de la Paz, 12 bajo (frente teatro principal)
Tel. 988 700 798
info@lugraourense.com

Aira Espacio Bio



Estamos a 5 minutos del centro histórico de Ourense y en dirección a la salida principal de la ciudad hacia Ribeira Sacra.

We are 5 minutes from the historic center from Ourense and towards the exit main city to Ribeira Sacra.

Tienda especializada en alimentación ecológica. Encontrarás productos de origen gallego que te acercarán más a Galicia: mermeladas, galletas, infusiones, miel, pasta, conservas de pescado y marisco, patés, chorizos de carne y también veganos, vinos, licores, cervezas artesanas, etc. a precios estupendos.

El mejor regalo o souvenir que te puedes llevar de Galicia!

Store specializing in organic food. You will find products from Galician that you will bring Galicia closer: jams, cookies, infusions, honey, pasta, canned fish and seafood, pâtés, meat sausages and also vegans, wines, liqueurs, craft beers, etc. Great prices.

The best gift or souvenir that you can take from Galicia!

Noriega Varela, 20 bajo · 32004 Ourense
☎ 988 60 90 92 ☎ +34 604 025 349
✉ info@airabio.com
@airaespaciobio



Vuelta Canela Pastelería Artesanal

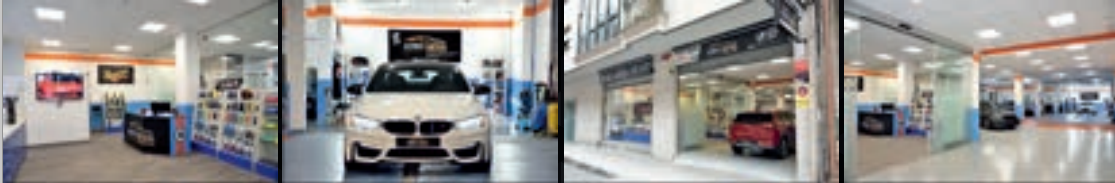


Rúa Manuel Pereira, 9 bajo Tel.: 988 06 44 00 - Ourense



HIDRO DETAIL

PROFESSIONAL AUTO DETAIL



LIMPIEZA INTEGRAL DE VEHÍCULOS



INTERIORES Y TAPICERÍAS



VENTA DE PRODUCTOS DE LIMPIEZA Y ACCESORIOS



HIDROIMPRESIÓN



LAVADO MANUAL Y ECOLÓGICO



TRATAMIENTOS ESTÉTICOS Y CERÁMICOS



DETALLADO EN GENERAL



PULIDO DE CARROCERÍAS Y FAROS

c/ Velázquez 22, bajo 2, Ourense · Telf.: 988 098 941 | 693 805 235



Hidrodetail | hidrodetail@gmail.com

NEUMATICOS PACO SERODIO

TELF. 988 229 159
pacoserodio@hotmail.com

C/ CARDENAL QUEVEDO, 14
32004 OURENSE



FUNDACIÓN ESTANISLAO REVERTER



Santa Cruz de Arrabaldo - Estación

Estanislao Reverter Sequeiros

(Ourense 1929-1991) fue el padre del automovilismo gallego, piloto, organizador y promotor, además de empresario y diputado constituyente. Sus hijos crearon en 2012 para preservar su figura la Fundación Estanislao Reverter que entre sus objetivos tenía la creación de un Museo.

El Museo Estanislao Reverter se inauguró el miércoles 11 de Junio de 2014 en la Estación de Santa Cruz de Arrabaldo. Esta Estación forma parte del proyecto "Estaciones Vivas" que promueve el Inorde, organismo dependiente de la Diputación de Ourense, como forma de recuperar las viejas Estaciones de Renfe rehabilitándolas y revalorizándolas con espacios expositivos como este. Comparte edificio con el Museo do Traxe Tradicional Galego.

El Museo recoge la trayectoria deportiva de Estanislao Reverter y en él se exponen parte de los fondos de la Fundación Estanislao Reverter. Consta de dos plantas. La planta superior es un recorrido por la vida deportiva de Lalao desde sus inicios, en el año 1955, hasta su último rallye en 1975 donde a través de fotos, trofeos, placas, reglamentos y rutómetros, ruedas de sus vehículos, la maqueta restaurada por Marcial López del Circuito del Noroeste y diverso material, se repasan los veinte años en activo como piloto. La planta baja se dedica a las otras facetas de Lalao: creador del Rallye de Ourense y fundador de Escudería Ourense, promotor de pilotos con su equipo Reverter Competición y constructor del mítico Alpinche, vehículo prototipo con carrocería de





Renault Alpine y mecánica Porsche, vencedor en numerosas competiciones. Cuenta con un Goggomobil, trofeos, una colección de coches en miniatura de parte de vehículos con los que corrió Estanisla, cascos de diferentes épocas, revistas, libros, monos de competición y diversas distinciones entre la que destaca la Medalla de Plata al Mérito Deportivo y la distinción al Mérito Constitucional. También cuenta con un espacio para albergar al mítico Alpinche una vez sea restaurado.

El Museo, aparte de exhibir una parte de los fondos de la Fundación Estanisla Reverter, cuenta con aportaciones de personas y entidades que tuvieron relación con Lalao: Beny Fernández, Pio

Pio Alonso, Pablo de Sousa, Carlos Reborado, Vallejo Racing, Jorge Cachaldora, José Pavón, Iván Corral, Kit Car 43, Román Bueno, Luis Miguel Iglesias, Abilio Becedas y Escudería Ourense, que han donado o cedido para su exposición diferentes objetos.

 www.estanislaoreverter.com

Abierto de mayo a octubre

Viernes

17:00 h a 20:00 h

Sábados y Domingos

11:00 h a 14:00 h

17:00 h a 20:00 h

Santa Cruz de Arrabaldo, Ourense
 Nacional 120 - Ourense a Vigo
 Salida Km 582 Casardomato - Estación Santa Cruz de Arrabaldo
 42°21'09.7"N 7°59'23.4"W



Centro Inmobiliaria 



C. Quiroga, 22 bajo
Tel. 988 392 702
32003 Ourense

Venezuela, 45 bajo
Tel. 986 224 371
36203 Vigo

E. Pardo Bazán, 1 bajo
Tel. 981 066 066
15004 A Coruña



www.inmocentro.es 

A.M.A.



LA MUTUA DE LOS PROFESIONALES SANITARIOS 



DESCUBRA
UNA AMPLIA
**GAMA DE
SEGUROS**
PENSADOS PARA
EL COLECTIVO
SANITARIO

SU TRABAJO ES GENERAR CONFIANZA.

**el de A.M.A. Seguros
es que usted siempre
tenga en quien confiar**



A.M.A. OURENSE
Juan XXIII, 21- bajo
Tel. 988 37 25 32
ourense@amaseguros.com

www.amaseguros.com
902 30 30 10

Signos en 

LA CONFIANZA ES MUTUAL

O Buxo



Parafarmacia
Herboristería
Dietas Control de Peso

C/ Ervedelo, 20 - bajo
32002 - Ourense
Tel. 988 24 47 94 · 684 33 49 94

Foto Gamma Fotografía y Video Digital



Av. Habana, 87
Tel./Fax: 988 24 87 01

fotogammaourense@hotmail.com



BENPOSTA Y EL CIRCO DE LOS MUCHACHOS



La Ciudad de los Muchachos

En Benposta, la Ciudad de los Muchachos, fue fundada en 1956 por el Padre Silva. Se ubicó en la proximidades de la parroquia Seixalvo. En esta pequeña población cercana a Ourense nació un proyecto que se mantuvo activo hasta mediados de la primera década del 2000.

La Ciudad fue lo que primero se creó, a ella llegan jóvenes del todo el mundo, ajenos a idiomas, color o creencias religiosas y conviven en respeto mutuo islamistas, católicos, protestantes... Diez años después, en 1966 debuta el Circo de los Muchachos, fruto de la escuela que se había creado en 1963. Esta escuela fue la primera en crearse en España y la segunda del mundo. Este modelo de ciudad y escuela se fundó también en diversos países de Hispanoamérica.

El nacimiento del circo

En el año 1963 se crea la Escuela de Artes Acrobáticas y Circenses de Benposta. El mundo del circo ocupa un espacio básico, con prácticas deportivas y de entretenimiento. Las barras de equilibristas, barras fijas, trapecios, alfombras de saltos, mimos, payasos y grupos musicales forman parte de la escuela que es dirigida por especialistas circenses. Al mismo tiempo los jóvenes reciben estudios académicos de EGB, BUP y Universitarios.

