

MANUAL DE LOGÍSTICA Y ESTANCIA: CARIÑO 2026

Campeonato Gallego por Equipos

Guía de Alojamientos, Gastronomía y Servicios Sanitarios para Jugadores y Cuerpos Técnicos

Plan de Acción en Cariño



Descanso

Estrategia de Alojamiento.
Hoteles para parejas y directivos, casas rurales para la concentración, y viviendas turísticas para plantillas completas.



Combustible

Brújula Gastronómica.
Opciones de recarga rápida con pizzas y espacios de tapas para la cohesión del equipo.



Seguridad


Red de Asistencia.
Contactos directos del centro de salud y farmacias de guardia para cualquier imprevisto.

Matriz de Alojamientos: Elige tu Base de Operaciones

Tipo de Alojamiento	Perfil Ideal	Ambiente	Capacidad de Grupo
Hoteles y Hostales	Parejas, cuerpo técnico, o jugadores individuales.	Céntrico y práctico.	Habitaciones dobles/individuales. 
Entorno Rural	Equipos pequeños que buscan concentración y tranquilidad.	Naturaleza y desconexión.	Grupos reducidos/familias. 
Viviendas de Uso Turístico (VUT)	Plantillas completas y familias numerosas.	Convivencia de equipo y autogestión.	Alta (5 a 10 plazas por vivienda). 


Directorio Principal: Hoteles y Hostales


Hotel Cantábrico

 Rúa Rosalía de Castro Poeta, 1

 Tel: 981 405 373

Hotel A Miranda

 Lugar de Barral 29

 Tel: (+34) 686 466 814

Hotel Cabo Ortegal

 Rúa dos Santos, 8-10-12


 Tel: +34 679 124 232 / +34 628 613 251

Hostal Restaurante La Cepa

 Av. Constitución, 102

 Tel: 981 405 328

Mesón Australia

 Av. Constitución, 25

 Tel: 981 405 412



Retiros de Concentración: Entorno Rural

Hotel Pedramea

Aldea Esteiro de Abaixo, 1 (Feás)

Tel: 981 413 008

Casas de Fanego (Áreas Negras)

Av. Constitución, 112

Tel: 670 906 426

Casa Rural Muiño das Cañotas

Calle A Ortigueira, 10

Tel: 698 138 588 | Email:
muino.das.canotas@gmail.com

Cuarteles Generales: Viviendas para Equipos (VUTs)

Tier 1 • Alta Capacidad

Teresa de la iglesia



10 Plazas

Tel: 628 211 530

Tier 2 • Capacidad Media

Vut Monte do Limo (María)



7 Plazas

Tel: 639 488 941

Luisa Rolle



7 Plazas

Tel: 630 610 680

Sandra Quintiana



6 Plazas

Tel: 639 100 120

Pili As Queimas



5 Plazas

Tel: 651 147 964

Tier 3 • Consultar Capacidad

Ana Martín Merayo

Tel: 654 094 585

(Reserva Web Disponible)

Luis - Casa con encanto

Rúa Centras 27

Tel: 616 779 970

Cabo Ortegal

Brújula Gastronómica: Puntos de Recarga



Tapas y Raciones: Cohesión de Equipo

Restaurante MAREA | Rúa Balbis, 2
Tel: 621 267 150 | mareaortegal@gmail.com

O Barometro | Rúa Manuel Fraga Iribarne, 23
Tel: 672 04 81 03

Café Bar Cariño | Rúa Río Seixo, 1
Tel: 981 40 59 52

Mesón As Queimas | Rúa Doutor Carreño, 14
Tel: 604 06 88 59



Pizzas: Carga de Carbohidratos

Pizzería Il Vesuvio | Rúa Eduardo Pondal
Tel: 981 40 20 15

Mesón Australia | Av. Constitución, 25
Tel: 981 40 54 12

Cabo Ortegal

Red de Asistencia Sanitaria



Centro de Salud - Urgencias

Paseo Marítimo, s/n

Contacto Urgencias: 981 402 135



Farmacia Díaz Sarabia Deive, Ana M^a

Avda. Constitución, 14
Tel: 981 405 083



Farmacia Ortopedia García-Mato

Rúa Balbis, nº14
Tel: 981 40 50 17



Nos vemos en Cariño

Preparados para el Campeonato Gallego por Equipos 2026. Buen viaje y mucho éxito en la competición.