



Asociación Lorca - Santiago



VACACIONES ACTIVAS 2023

O Camiño dos Faros – Costa da Morte - del 9 al 15 de Julio

O Camiño dos Faros es una *aventura de senderismo* de 200 kilómetros que une *Malpica* con *Finisterre* por el borde del mar. Un camino que tiene el mar como mayor protagonista y que pasa por todos los faros y principales puntos de interés de esta *Costa da Morte*. Recorre muchos paisajes diferentes, siempre mirando cara al mar y cara al oeste. Faros, playas, dunas, ríos, acantilados, bosques, estuarios con una gran cantidad de aves, mares de granito, castros, dólmenes, villas marineras, miradores al mar que rompe de todas las formas posibles, puestas de sol... y mucha magia.

Con la intención de disfrutar al máximo de este entorno inigualable, realizaremos 4 etapas (100 km), de las 8 de las que consta el *O Camiño dos Faros* y una etapa de transición o de descanso (según interese a cada uno) para recorrer el *cabo Finisterre* ya que representa la verdadera esencia de la *Costa da Morte* y disfrutar además del paisaje, formado por zonas agrestes, abruptos acantilados e impresionantes playas, de la magia de este lugar y contemplar una de las mejores puestas de sol que cualquiera pueda imaginar.

Los desplazamientos se realizarán en autobús y el alojamiento será en *Finisterre*, en régimen de alojamiento y desayuno. Las comidas se harán en ruta y las cenas serán libres visitando la ciudad.

TANTO EN LAS RUTAS DE SENDERISMO COMO EN LAS DE BICICLETA HABRÁ DOS NIVELES, UNO DE DIFICULTAD MEDIA-BAJA Y OTRO DE DIFICULTAD MEDIA-ALTA (YA SEA POR EL DESNIVEL ACUMULADO DE LA RUTA O POR LA DISTANCIA TOTAL A RECORRER).



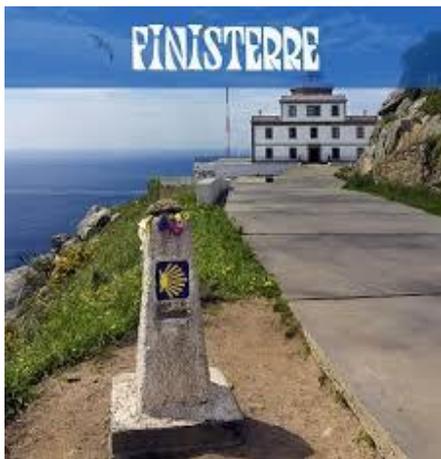


Asociación Lorca - Santiago

Domingo día 9; Viaje Lorca – Finisterre

Salida de Lorca a las 7.00 de la mañana, tendremos sobre 1.200 km unas 12 horas de viaje incluido descansos y comida en ruta.

Llegaremos al hotel sobre las 7 de la tarde, por lo que tendremos tiempo para instalarnos y descansar, antes de la cena.



Lunes día 10 ; Malpica – Playa Niños (24 km – 600 m de desnivel positivo)

Ruta lineal de 24 km y 600 mts de desnivel, para realizar en 8 horas incluidos descansos y comida en ruta. **Opción B** de 12 km y 200 mts de desnivel, hasta praia de Esteiro.

La primera etapa de este *Camiño dos Faros* sale del faro del puerto de **Malpica** y recorre todo este hermoso pueblo marítimo. Pasaremos por **San Adrián** desde donde tendremos una amplia panorámica de todo **Malpica y las Islas Sisargas**. Llegaremos a **Beo** y continuamos la ruta hacia **Seiruga**. Atravesamos la playa de **Seiruga (donde terminará la opción B)** y llegamos a **Barizo**, donde pasamos por la playa y el puerto antes de comenzar el duro tramo de **Monte Nariga** que nos llevará hasta el **Faro de Punta Nariga**. es el primer gran faro que visitamos en nuestro camino y aquí nos damos cuenta el porque del nombre de la ruta. Desde esta posición contemplamos buena parte de lo que habíamos hecho y lo que nos queda por hacer. Desde allí hasta el final de etapa recorreremos las **Penas do Rubio** por un tramo algo complicado hasta la **Enseada do Lago**, para finalizar en la **Playa de Niños**.



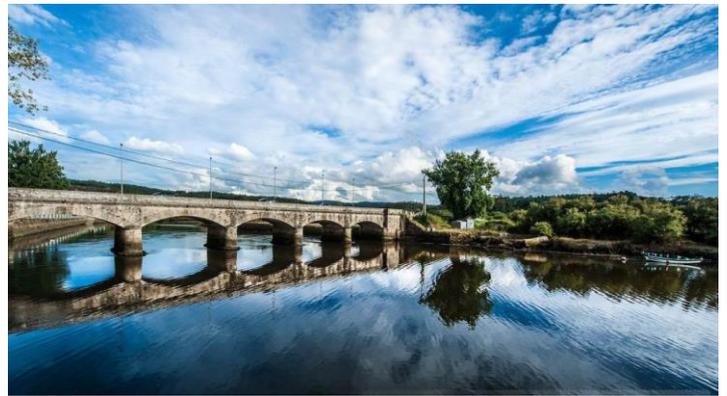


Asociación Lorca - Santiago

Martes día 11 ; Playa Niñons – Ponteceso (28 km – 800 mts de desnivel positivo)

Ruta Lineal de 28 km y 800 mts de desnivel, para realizar en 8 horas incluidos descansos y comida en ruta. **Opción B** de 12 km y 200 mts de desnivel, desde O Porto de Corme.

La etapa comienza en la *playa de Niñons*, recorriendo la costa acantilada hasta el *Puerto de Santa Mariña* y la *playa de A Barda*, atravesando toda la *Costa da Tremosa* por un sendero exigente con vistas privilegiadas que nos acercará a la pequeña *aldea de Roncudo*, continuando hasta el *Faro Roncudo*, otro de los hitos de nuestro camino. Pasamos por el *puerto pesquero de Corme* y salimos camino de la *playa de Valarés*, pasando por las *playas del Osmo, de la Ermida y de Río Covo*, hasta los acantilados del *monte da Facha y a Valarés*. El final de la etapa por *Monte Branco* es espectacular. La ruta costera nos acerca a la desembocadura del Anllóns, con una vista privilegiada de la *Isla Tiñosa* y de toda las dunas y la *playa de Barra*. Desde allí recorreremos todo el Malecón de *Ponteceso*, donde termina esta etapa.



Miércoles día 12; Cabo de Finisterre (Etapa de transición o día de descanso)

Ruta Circular de 16 km y 500 mts de desnivel o día de descanso

Partimos desde el hotel en el centro de *Finisterre* y siguiendo el paseo de la preciosa *playa de Langosteira*, para dirigirnos después hacia *Denle* y seguir la *Ruta do Mar de Fora*, por la *playa de Arnela* y el Monte del mismo nombre hasta alcanzar uno de los picos de la ruta, *O Veladoiro* con 234 m de altitud y con unas vistas excepcionales, por el lado norte del *Cabo Touriñan* y la *playa de Nemiña* y por el lado sur de de Finisterre y la *Playa del mar de Fora*. Desde aquí volvemos a ascender hacia el *monte de O Facho*, 220 m, desde el que podemos contemplar el faro de Finisterre y las costas de Carnota con la impresionante mole granítica del *Monte Pindo*. Después de llegar a el Faro, regresaremos por una senda peatonal al hotel.





Asociación Lorca - Santiago

Jueves día 13 ; (25 km – 600 mts de desnivel positivo)

Ruta Lineal de 25 km y 600 mts de desnivel, para realizar en 8 horas incluidos descansos y comida en ruta. **Opción B** de 11 km y 200 mts de desnivel, hasta el Dolmen de Dombate.

El Estuario do Anllóns da inicio a la tercera etapa que nos adentrará en las construcciones de nuestros ancestros en Borneiro y Dombate, antes de subir al Monte Castelo de Lourido, cima de este Camiño dos Faros. A partir de ahí, bajaremos de nuevo a la ría para recorrer la espectacular costa de Cabana, llena de furnas y playas con mucho encanto. Desde a Punta do Cabalo llegaremos a Laxe, donde atravesaremos su playa para finalizar la etapa.



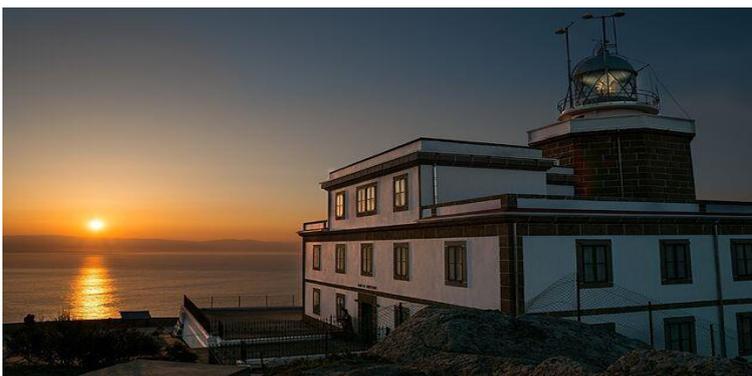
Viernes día 14 ; Laxe – Arou (18 km 300 mts de desnivel Positivo)

Ruta Lineal de 20 km y 200 mts de desnivel, para realizar en 8 horas incluidos descansos y comida en ruta. **Opción B** de 11 km y 150 mts de desnivel, hasta Modormo.

La cuarta es la etapa más corta y fácil. Después de recorrer el Monte da Insua y el Faro de Laxe subimos al Peñón de Soesto para contemplar su maravillosa playa. Continuamos nuestro camino que nos acerca a la Playa de Traba, con su laguna llena de vida natural. El final de la etapa recorre un tramo espectacular de rocas hasta Camelle, donde podremos visitar el Museo de Man, antes de llegar a Arou.

Ruta Semi Nocturna – (Finisterre – Faro de Finisterre 5 km y 200 mts de desnivel positivo)

Ruta Circular de 5 km y 200 mts de desnivel, para poder disfrutar de una de las mejores puestas de sol que podamos imaginar, para realizar cualquier noche en un agradable paseo.





Asociación Lorca - Santiago

Sábado día 15 :

Salida de Finisterre a las 8.00 de la mañana, después del desayuno en el hotel, tendremos sobre 1.200 km unas 12 horas de viaje incluido descansos y comida en ruta.

Llegaremos a Lorca sobre las 8 de la tarde.

SE REQUIERE UNA BUENA PREPARACIÓN FÍSICA DE LOS PARTICIPANTES.

LAS RUTAS PODRÁN SER MODIFICADAS TOTAL O PARCIALMENTE, DEBIDO A LAS CONDICIONES METEOROLÓGICAS, O SIEMPRE QUE SEA NECESARIO PARA EL BUEN DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.

EN TODAS LAS RUTAS SE PODRAN HACER DOS TIPOS DE DIFICULTAD

RUTAS DE DIFICULTAD MEDIA-BAJA (MENOS DE 15 KM Y MENOS DE 400 MTS DE DESNIVEL, SIN PASOS COMPLICADOS NI TREPADAS).

RUTAS DE DIFICULTAD MEDIA-ALTA (MÁS DE 15 KM Y MÁS DE 600 MTS DE DESNIVEL, SIN PASOS COMPLICADOS NI TREPADAS).

ESPERAMOS QUE PODÁIS DISFRUTAR DE ESTA ACTIVIDAD

Precio:

350 € Socios y 400 € no socios. Incluye desplazamientos en autobús, alojamiento y desayunos, las comidas se harán en ruta, tipo pic-nic y las cenas serán libres en Finisterre.

Reservas:

Socios hasta 31 de mayo, a partir de esta fecha se podrán hacer reservas los no socios. Se confirma la reserva realizando un primer pago de 100 € en la cuenta de Cajamar **ES25 3058 0305 8927 2001 7236**, indicando nombre y apellidos.

Inscripciones:

Utilizando el siguiente enlace;

<https://forms.gle/wAUHWSmDh9xAzP9j9>

Seguro:

Es obligatorio disponer de seguro federativo para realizar las rutas, el que no disponga de este seguro, se le puede tramitar con un coste de 4 € el día para senderistas y 5 € para btt. Para lo que habrá que informar de nombre, apellidos, dni, email y fecha de nacimiento.



Asociación Lorca - Santiago

ADVERTENCIA DE SEGURIDAD E INFORMACIÓN DE INTERÉS

Informamos que las actividades en la montaña implican riesgo y pueden tener consecuencias imprevisibles. Para participar debes encontrarte en perfecto estado de salud, tanto físico como psíquico, en buena forma física y reunir los conocimientos técnicos necesarios.

Si decides participar reconoces que has sido informado de los riesgos de la actividad, asimismo deberás aceptar las recomendaciones y sugerencias indicadas por el guía en todo momento, debes guardar un comportamiento preventivo para la evitación del riesgo, sin exponerse o exponer a otros compañeros a un riesgo innecesario.

Dicha participación en nuestras excursiones, implica la asunción de riesgo que conllevan los deportes de montaña.

El club se reserva el derecho de poder anular, cambiar o aplazar la excursión previamente o en el inicio de la misma por inclemencias meteorológicas u otros imprevistos.

Con tú participación en las actividades autorizas a los guías de la misma, a formar parte del reportaje fotográfico general que se realiza en cada actividad. Sin perjuicio de tú derecho de cancelación, que podrás ejercer posteriormente, para ello deberás mandar un email a lorcasantiago@hotmail.com

Somos una asociación deportiva, federada como club deportivo en la FMRM (Federación de Montañismo de la Región de Murcia) y en la FEDME (Federación española de deportes de montaña y escalada) y para realizar excursiones programadas por el club, recomendamos (no obligamos) a nuestros socios y simpatizantes estar en posesión de la licencia federativa, existen varios tipos de licencias: regional, nacional, internacional o incluso para un sólo día.

Todas las licencias federativas te incluyen: Seguro de accidente, responsabilidad civil y rescate en montaña.

Tened en cuenta que si no se está federado (en cualquiera de las modalidades anteriores citadas) y nos ocurriese algún incidente durante la excursión; existe la posibilidad, que en función del suceso y comunidad donde se desarrolle la excursión, el gasto que ocasione dicha intervención de los operativos pertinentes, corran por cuenta del usuario.