	Programa de Actividades 2018. Refª: 03/2018 Fecha: 24 de febrero de 2018			
	Ruta Costera : Tramo Tapia – Ribadeo			
	Guía: Norino/Fabián	Distancia aprox.: **19 km**	Tiempo estimado: **5,10**	Dificultad: **Fácil**
		Ascenso 226 m. Descenso 203 m.		

Salimos de Tapia desde el paseo marítimo, lugar donde nos dejara el autobús, para posteriormente dirigirnos hacia la playa del Aquileiro pasando por los campos deportivos ,en los que cruzaremos un puente de madera y comenzaremos a ascender una ligera pendiente, para encontrarnos el camping. Seguimos por el camino, todo recto hasta hallar la playa La Paloma o Esteiro (la cual podremos cruzar si esta baja la marea o bien continuar por el camino) y desde esta, tras cruzar un pequeño puente llegaremos al castro de Esteiro donde recorreremos los acantilados pegados a la costa.

Desde aquí seguimos las indicaciones del GR hasta tomar un desvío hacia la derecha para visitar la punta Canlonga, desde donde continuaremos nuevamente pegados a la costa hasta llegar a las inmediaciones de la playa de Serantes, donde tomaremos una pista primero de tierra y luego asfaltada que nos llevara hacia el interior, pasando por delante del antiguo molino y lavadero de pelígos, continuando hacia el pueblo de Villamil.

Desde este pinto ascenderemos ligeramente para desviarnos en el segundo cruce hacia la derecha para ir a visitar la playa de Mexota y la punta Picón. Avanzamos como siempre que podemos pegados a la costa para llegar a la localidad de Santa Gadea donde dejaremos atrás la playa del mismo nombre y visitaremos La ermita de San Lorenzo, que cuenta con un área recreativa con un hermoso mirador desde el cual se observara completamente la playa de Peñarronda. Tras contemplar las vistas desde el mirador bajaremos a la zona de dunas de la playa de Peñarronda y tras atravesarlas mediante las pasarelas nos dirigiremos pegados a la costa hasta la punta del Torno, donde seguiremos hasta llegar al aeródromo, al campo de tiro y área recreativa de Arnao, teniendo que girar a la izquierda, hacia el interior, para esquivar el campo de tiro.

Seguiremos a continuación recorriendo la costa por una pista en buen estado que nos llevara a visitar la punta Espinela y la punta de la Cruz, donde hay un pequeño faro desde el cual divisaremos ya el puente de los Santos y la localidad de Ribadeo, así como los faros al otro lado de la ría. Una vez en la punta de la Cruz siguiendo la pista que nos llevara hacia el interior, llegaremos al puente de los Santos donde cruzaremos sus seiscientos metros para entrar ya en Lugo, donde tras cruzar el puente a mano derecha nos encontraremos con el fuerte de San Damian y un poco antes un cargadero. Nosotros giraremos a la izquierda entrando en la localidad de Ribadeo, viendo una panorámica del puerto y pasando al lado de la capilla de San Miguel. La ruta terminara en la estación de autobuses de Ribadeo.

Sabado 24 de Febrero de 2018

Parada de La Vega (Riosa)..08:00h

Parada de La Foz ….....08:10h

Parada de Las Mazas……08:15h

MIDE			Ruta Costera-Tapia-Ribadeo
horario	5h 10'	3	severidad del medio natural
desnivel de subida	226 m	2	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	209 m	2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	19,0 Km	3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía		

Condiciones de todo el año, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.

Calculado sobre datos de 2018.

Track de la Ruta: https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/senda-costera-tramo-tapia-de-casariego-ribadeo-22684729.

PRÓXIMA ACTIVIDAD: Ruta del Beyu Pen (Amieva). –Sábado 10 de Marzo a las 07:30 horas.

El Grupo de Montaña Llazarandín y su Junta Directiva, no se responsabilizan de los accidentes o percances que puedan sufrir aquellos participantes que no estén federados