



<b>Programa de Actividades 2017.</b>		<b>Refª: 02/2017</b>	<b>Fecha: 28 de enero de 2017</b>	
<b>El Bao (Barayo)- Navia (Playa)</b>				
Guía: Fabián	Distancia aprox.: <b>19km</b>	Tiempo estimado: <b>6 h</b>	Dificultad: <b>facil/media</b>	
Ascenso 400. Descenso 500 m.				

Se trata de una de las sendas costeras más conocidas, discurriendo por el rocoso litoral costero entre las inmediaciones de la Playa de Barayo y la de Navia, dejando en el transcurso del camino lugares tan interesantes como la reserva natural parcial de la Playa de Barayo, el puerto pesquero de Puerto de Vega y la Playa de Frexulfe. .

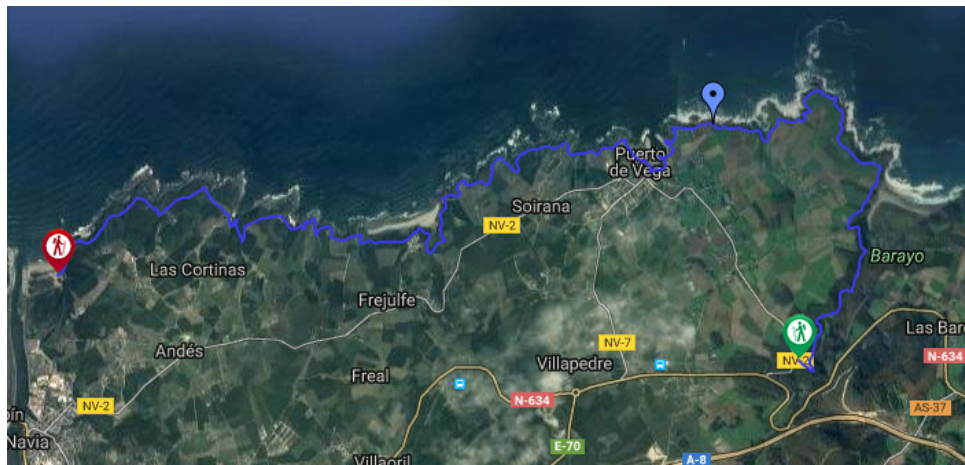
La ruta parte de las inmediaciones de El Bao, donde se toma la carretera NV-2 en dirección a Puerto de Vega. A los pocos metros, una pequeña pista a la derecha con un cartel indicador nos señala el lugar de inicio de la ruta. Comenzamos caminando para bajar por una zona boscosa pasando por varios puentes de madera y dejando el río Barayo a nuestra derecha. En poco trayecto, llegaremos al entorno de la Playa de Barayo. (hay la opción de bajar hasta la playa si bien la ruta como tal no lo hace). Nosotros seguimos el recorrido que indica la senda saliendo a uno de los aparcamientos que hay sobre la rasa costera. Aquí es donde realmente nos pegaremos al litoral costero hasta llegar a Puerto de Vega, tras unos 7 kms. Salimos del bonito pueblo subiendo por el mirador de la Riva, donde hay varios detalles sobre la historia de la caza de ballenas de la localidad, para aparecer en la Ermita de la Atalaya. Nuestro camino aquí vuelve a pegarse al litoral costero en dirección a la playa de Frexulfe, uno de los principales arenales del concejo naviego. Para llegar a la playa, el camino se mete antes unos metros tierra adentro salvando el Río del Monte por medio de un puente. Nos falta el último tramo hasta llegar a la playa de Navia, que discurre por similares paisajes, aunque en algún caso atraviesa alguna zona arbolada.

Ya en la zona de aparcamientos de la playa de Navia, tras pasar el monumento de En la playa de Navia, lugar donde nos recogerá el autobús.

Para aquellos que no quieran realizar la ruta entera y visto que es la segunda ruta del año, el autobús podrá recogerlos en el aparcamiento de la playa de Frexulfe.

<b>MIDE</b>				<b>Senda Costa Naviega</b>
horario	5h 55'		1	severidad del medio natural
desnivel de subida	400 m		1	orientacion en el itinerario
desnivel de bajada	500 m		2	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	20,1 Km		3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Travesía			
Condiciones de Tres Estaciones, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas.				
Calculado sobre datos de 2016.				

**Sábado 28 de Enero de 2017**  
 Parada de La Vega (Riosa)..08:00h  
 Parada de La Foz .....08:10h  
 Parada de Las Mazas.....08:15h



**PRÓXIMA ACTIVIDAD:**

**Sábado 11 de Febrero de 2017**

**Subida a Treviso – Liebana (Cantabria)**



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