

Data Escursione: dal **03-07-2021** al **10-07-2021****Tabella Tecnica**

Proposta da :	NOITREK APS Associazione di Promozione Sociale
Tipologia :	
Dislivello :	600 m
Ore :	8 ore
Difficoltà :	E
Lunghezza :	24 km

Descrizione Finalmente siamo riusciti a realizzare il sogno di fare questo bellissimo percorso interamente lungo la costa dell'Oceano Atlantico in Galizia. 150 km di costa con Fari , Spiagge , Porti , Paesini , Città , Santuari , Monti , Eremi e Santiago de Compostela. O Camiño dos Faros è un sentiero escursionistico di 200 chilometri che collega Malpica con Fisterra praticamente lungo tutto il suo percorso vicino al mare. (Noi percorreremo 150 km) Si tratta di un percorso spettacolare, meraviglioso e unico che corre in una delle zone più caratteristiche e belle della Galizia, la Costa da Morte e corre prevalentemente su sentieri e percorsi lungo il bordo del mare. L'itinerario attraversa una grande diversità di luoghi e spazi, attraverso tutti i fari che caratterizzano la zona: Malpica, Fisterra, Laxe, Punta Nariga, Capo Tourinan, Cape Vilan, Roncudo, ecc, e le principali aree naturali e attrazioni della Costa da Morte: belle e affascinanti spiagge, molte delle quali isolate e lontano dal turismo di massa, punti di vista spettacolare, gran parte dei principali villaggi di pescatori nella regione, fortezze, templi e altri monumenti. E tutto questo accompagnato da alcuni paesaggi marini che non lasceranno nessuno indifferente e che sono assolutamente indimenticabili per ogni escursionista. Il percorso è unico e che chiunque lo faccia sarà sorpreso, lo faremo con il massimo rispetto della natura. Il Programma prevede: 1° giorno: Transfer da Santiago a Ponteceso. Arrivo a Santiago de Compostela e transfer fino al pittoresco paesino Ponteceso. Si tratta di uno spazio naturale protetto, in cui le acque del fiume Anllón e dell'Oceano Atlantico si mescolano creando un mezzo con una grande biodiversità e valore paesaggistico, dove spicca la singolarità delle specie di flora e fauna, in particolare degli uccelli migratori. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 2° giorno: PONTECESO – LAXE (25.2 Km) Il primo chilometro della tappa segue la strada nazionale. Da qui una passeggiata di 3 km fino a O Lodeiro dove potremo contemplare la grande quantità di uccelli che hanno il loro habitat in questo Estuario del fiume Anllóns. Da Dombate ritorniamo verso la costa, deviandoci a Fontefría per salire Castello de Lourido, la cima de questo Camiño dos Faros con 312 metri. Da qui ammireremo la stupenda vista panoramica del Fiordo Ría de Corme e Laxe. Da questa cima scenderemo per Canduas in direzione alla spiaggia di Area das Vacas ed alla spiaggia di Rebordelo, dove faremo una sosta. L'ultima parte della tappa ci porta alla Punta do Cabalo, a partire da qui seguiremo per la costa passando la bella spiaggia Coído de Frexufre prima di raggiungere Laxe, che raggiungeremo dalla spiaggia e lungomare fino alla piazza del paese. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 3° giorno: LAXE - AROU (17.7 Km) La tappa inizia a Laxe visitando il porto da dove ci dirigeremo al Faro per la Rotta da Insúa. Dal faro avremo un'ampia panoramica del fiordo Ría de Corme e Laxe e di tutta la rotta che ci attende fino ad arrivare a Camelle. A Soesto potremo riposarci la prima volta prima di percorrere la Punta de Catasol e la Playa de Arnado. Da Mórdomo, alla fine della playa de Traba, parte un cammino che ci porterà per un altro paesaggio spettacolare di questo Camiño dos Faros. Tutta questa costa in direzione a Camelle ti porta alla fiaba di Liliput nel mondo delle pietre giganti. Pietre di tutte le forme e dimensioni in un altro paesaggio unico di questo Camiño fino ad arrivare alla cala di Sabadelle, un antico porto baleniero. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 4° giorno: AROU CAMARIÑAS (22.7 Km) La tappa di oggi è una delle migliori rotte a piedi per una costa permanentemente scoscesa e piena di storia. La costa che va da Arou a Cabo Vilán è l'origine di tutto. Partiamo presto da Arou e ci dirigiamo per l'insenatura di Xan Ferreiro al belvedere di Lobeiras ed alla Playa de Lobeiras. Da qui per un sentiero, tra piante autoctone, percorreremo le spiagge levigate in mezzo ad un paesaggio unico, fino ad arrivare al piccolo Puerto de Santa Mariña, che attraverseremo per salire per la duna di Monte Blanco. Arrivati in cima vedremo una delle viste più spettacolari del Camiño dos Faros. Scendendo, attraverseremo le piccole e solitarie calette di Trece fino a Punta Boi. Il cammino da Punta Boi a Vilán ci porta per tutte le spiagge di Reira, per un comodo sentiero che percorre questo litorale selvaggio e solitario fino a salire sul Monte Pedroso e raggiungere il Faro Vilán. Da Vilán ci avvicineremo a Camariñas per un altro sentiero che percorre tutto il litorale, passando per la Cappella della Virxe do Monte ed il Castello per concludere la tappa nel centro di Camariñas, al lato del porticciolo peschereccio. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 5° giorno: CAMARIÑAS MUXÍA (20 Km) Da Camariñas ci sposteremo con un trasferimento a Ponte do Porto, dove attraverseremo la passeggiata fluviale verso Cereixo. Li potremo goderci una passeggiata con un mulino di maree, la chiesa di Santiago ed un impressionante bosco di roveri e le Torri de Cereixo. Attraverseremo tutta la Playa de Area Grande e saliremo verso la pineta per arrivare alla playa de Leis, che attraverseremo con molta attenzione per un cammino complicato tra le rocce per raggiungere il faro della Playa de Lago. Da Chorente la tappa ci porta attraverso il Bosco e la punta dello stesso nome da dove già intravediamo Muxía, la fidanzata del vento, dove arriveremo dopo aver attraversato le spiagge di Espiñeirido e A Cruz. Attraverseremo il paesino di Muxía. Da qui scenderemo verso la Punta da Barca, con il faro, il santuario della Virxe da Barca e tutte le magnifiche pietre che ne fanno un luogo magico. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 6° giorno: MUXÍA –LIRES (24.3 Km) Usciamo da Muxía per O Coido ed attraversiamo la playa de Lourido fino al Coido de A Agra, da dove iniziamo una salita al Monte Cachelmo. Da lì inizia una discesa un po' complicata che ci porterà alla playa de Arnela, da dove saliremo al sentiero che ci avvicina alla fine della Punta Buitra ed alla cima del monte dallo stesso nome. Da qui potremo ammirare la panoramica del resto della tappa, con Cuño, O Pedrouzo, Moreira e tutta la penisola che forma Cabo Touriñán. Da Cuño inizia una salita ai 264 metri del Monte Pedrouzo . Arrivati in cima e dopo un altro meritato riposo inizieremo la discesa verso la Playa de Moreira che è un altro percorso tecnico, con terreno irregolare e pendente media in alcuni punti del 25%. Una volta giunti alla Playa de Moreira, la tappa si addolcisce in questa seconda parte. Da Moreira una pista di terra battuta ci porta verso Touriñán, dove arriveremo dalla parte destra al Faro Touriñán, punto più occidentale del Camiño dos Faros. Nell'ultima parte della tappa passeremo per il Coido ed Insua de Touriñán per arrivare fino al belvedere. Da qui parte una strada che ci porterà passando per il paesino di Talón, alla Playa de Nemiña, fine de questa penultima tappa. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 7° giorno:

LIRES - FINISTERRE (26.2 Km) L'ultima tappa di questo Camiño dos Faros parte dalla Playa de Lires, dove dovremo arrivare nel nostro Cammino dei Fari e, che ci presenta due opzioni: fare tutto il giro od attraversare. Il seguente punto della rotta è la Playa do Rostro, attraverseremo sulla sabbia i due chilometri di spiaggia. Non appena abbandoniamo la playa del Rostro, troveremo altri paesaggi unici del Cammino dei Fari, le scogliere formate dalla Punta do Rostro e la Punta do Castelo. Lì, nella Punta Castelo, visiteremo i resti del Castro de Castromiñán del quale potremo vedere solo le mura esterne e da dove contempleremo la prossima meta di questa tappa: il Capo della Nave. Questo tratto del Cabo de la Nave è uno dei più spettacolari. Dal Cabo de la Nave e con una delle discese più ripide arriveremo alla playa de Mar de Fora, con bagno finale al quale giungeremo per un cammino differente da tutti: O Camiño dos Faros. La sera con una breve passeggiata di 3 km giungeremo a Cabo Finisterre e lì attenderemo il tramonto sull'Oceano come tradizione. Cena libera, Pernottamento in Hotel. 8° giorno: Transfer a SANTIAGO DE COMPOSTELA Dopo la prima colazione, transfer fino a Santiago, dove avremo la possibilità di visitare la Città e la Cattedrale di Santiago. Alle 15.00 prenderemo l'autobus per l'aeroporto da dove partiremo alle 17.10 destinazione Roma. CONTRIBUTO ASSOCIATIVO di PARTECIPAZIONE € 495,00 La quota comprende: 7 pernotti con colazioni, in confortevoli Hotel molto curati e comodi, in camere doppie o triple. Quota sociale con assistenza di accompagnatori Federtrek La quota non comprende: Volo, Transfer, Pranzi, Cene, e tutto quanto non espressamente indicato. INFO VOLI: Partenza Fiumicino, T3 Roma (Italia) Lufthansa LH231 2h 00' 32A 12:10 3 Julio Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Durata scalo: 1h 30' Coincidenza coperta da Lufthansa 13:40 3 Jul Frankfurt International, T1 Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Durata scalo: 1h 30' Coincidenza coperta da Lufthansa 13:40 3 Jul Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Lufthansa LH1110 2h 30' 32N 16:10 3 Jul Santiago De Compostela Bagaglio a mano Ritorno 17:10 10 Jul Santiago De Compostela Santiago di Compostela (Spagna) Lufthansa LH1111 2h 25' 32N 19:35 10 Jul Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Durata scalo: 2h 20' Coincidenza coperta da Lufthansa 21:55 10 Jul Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Lufthansa LH242 1h 50' 32Q 23:45 10 Jul Fiumicino, T3 Roma (Italia) Bagaglio a mano Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera Federtrek obbligatoria (possibilità di farla alla partenza 15,00 euro, validità 365 gg dalla data di emissione). ACCOMPAGNA: AEV Gianni Onorati INFO: AEV Gianni Onorati 3283712494 Prenotazioni: Whatsapp al 3283712494 Per altri eventi consultate il sito www.noitrek.it oppure iscriversi a Telegram attraverso il link seguente, <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX>

Accompagnatore1: AEV Onorati Gianni
Cell: 3283712494

Accompagnatore2:
Cell:

Informazioni: CONTRIBUTO ASSOCIATIVO di PARTECIPAZIONE € 495,00 La quota comprende: 7 pernotti con colazioni, in confortevoli Hotel molto curati e comodi, in camere doppie o triple, (singole, se disponibili, hanno un costo ulteriore di 25 €/giorno) Quota sociale con assistenza di accompagnatori Federtrek La quota non comprende: Volo, Transfer, Pranzi, Cene, e tutto quanto non espressamente indicato. INFO VOLI: Partenza Fiumicino, T3 Roma (Italia) Lufthansa LH231 2h 00' 32A 12:10 3 Julio Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Durata scalo: 1h 30' Coincidenza coperta da Lufthansa 13:40 3 Jul Frankfurt International, T1 Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Durata scalo: 1h 30' Coincidenza coperta da Lufthansa 13:40 3 Jul Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Lufthansa LH1110 2h 30' 32N 16:10 3 Jul Santiago De Compostela Bagaglio a mano Ritorno 17:10 10 Jul Santiago De Compostela Santiago di Compostela (Spagna) Lufthansa LH1111 2h 25' 32N 19:35 10 Jul Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Durata scalo: 2h 20' Coincidenza coperta da Lufthansa 21:55 10 Jul Frankfurt International, T1 Francoforte (Germania) Lufthansa LH242 1h 50' 32Q 23:45 10 Jul Fiumicino, T3 Roma (Italia) Bagaglio a mano Evento riservato ai soci in regola con il tesseramento. Tessera Federtrek obbligatoria (possibilità di farla alla partenza 15,00 euro, validità 365 gg dalla data di emissione). ACCOMPAGNA: AEV Gianni Onorati AIGAE Svetlana Djakovic INFO: AEV Gianni Onorati 3283712494 Prenotazioni: Whatsapp al 3283712494 Per altri eventi consultate il sito www.noitrek.it oppure iscriversi a Telegram attraverso il link seguente, <https://t.me/joinchat/WNnU7RPz-Z7-5AeX>

Nota: Si ricorda ai partecipanti che è obbligatoria l'esibizione della tessera FederTrek e la trascrizione del numero da parte degli accompagnatori. L'attività proposta può subire cambiamenti a discrezione degli accompagnatori per ragioni sicurezza e di opportunità per il gruppo, pertanto ogni tesserato è tenuto a rispettare le modalità di partecipazione stabilite dagli accompagnatori, seguendo le loro indicazioni. In caso contrario, verrà meno il rapporto di affidamento e, quindi, l'eventuale responsabilità verso chi sceglie percorsi o modalità differenti da quelle indicate.