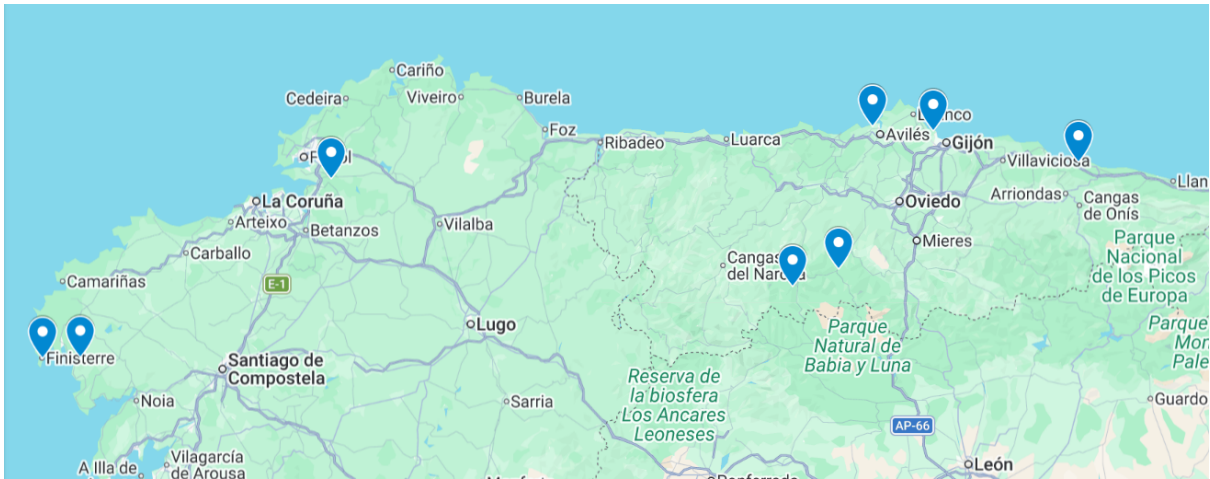




DESDE PLAYA DE LA VEGA HASTA FINISTERRE



Mirador da Canda

DIA 1 PLAYA DE LA VEGA [Ubicación](#)

Día del surf en el oriente asturiano. Gracias a su orientación al mar Cantábrico, reciben oleaje con frecuencia durante gran parte del año, ofreciendo condiciones aptas tanto para surfistas con experiencia como para quienes buscan jornadas de olas de tamaño moderado

La Playa de Vega es la más conocida de las tres por su amplia extensión de arena y la calidad de sus rompientes, siendo habitual encontrar buenas condiciones con marejadas del norte y noroeste. Las playas de Berbes y La Sierra ofrecen un ambiente más tranquilo y menos concurrido, ideal para disfrutar del surf rodeado de un espectacular entorno de acantilados y naturaleza.



Aparcamiento playa de la Vega

La Playa de Vega es la más conocida de las tres por su amplia extensión de arena y la calidad de sus rompientes, siendo habitual encontrar buenas condiciones con marejadas del norte y noroeste.

DIA 2 SOMIEDO [Ubicación](#)



Aparcamiento centro de interpretación

Se trata de una ruta físicamente exigente, ideal para senderistas o ciclistas de montaña con experiencia que deseen disfrutar de una completa jornada de alta montaña entre lagos glaciares, puertos de montaña y algunos de los paisajes más emblemáticos del Parque Natural de Somiedo. [RUTA AQUI](#)



Alto de la Farrapona

DIA 3 SENDA DEL OSO [Ubicación](#)

Ruta circular con inicio en San Martín, recorriendo algunos de los rincones más representativos de los valles de Teverga y Trubia. El itinerario atraviesa varios puentes históricos sobre los ríos Teverga y Trubia, pasando por localidades con un importante patrimonio rural como San Román, Trubia y Tuñón, donde se pueden contemplar iglesias tradicionales y disfrutar del paisaje característico del interior de Asturias.



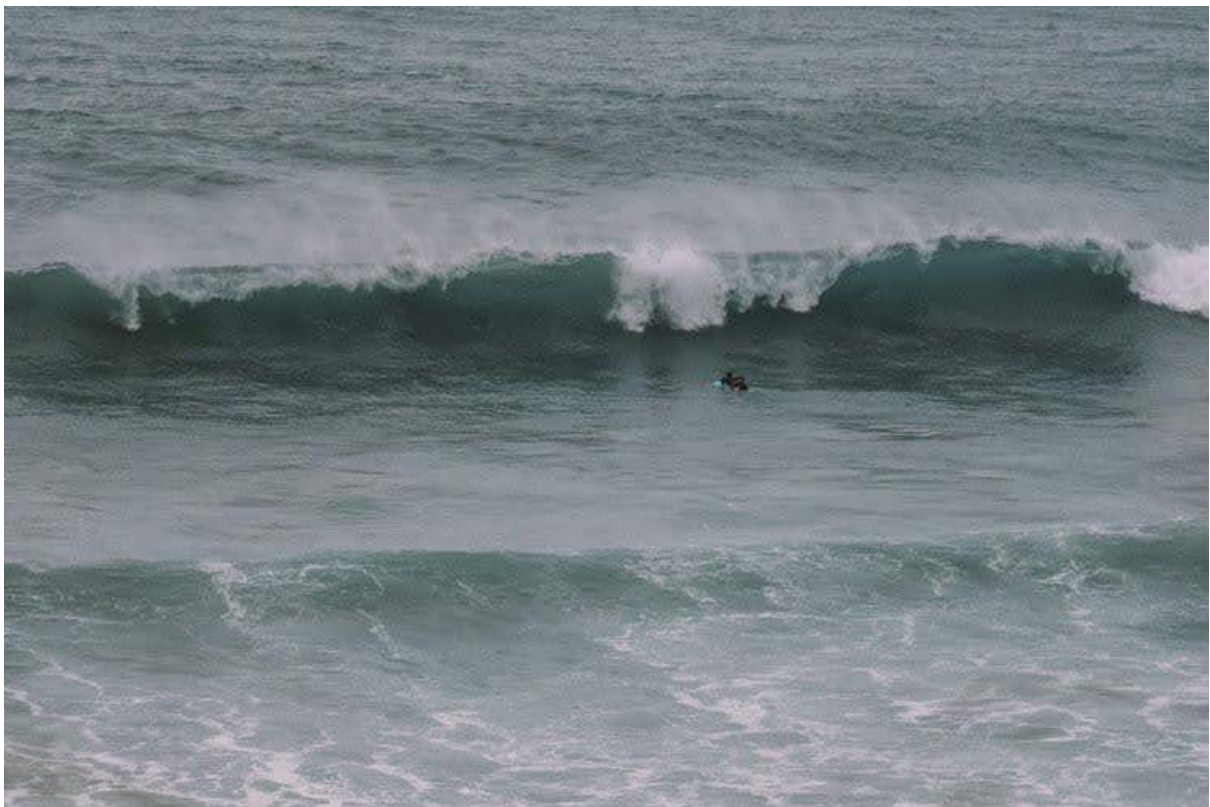
Senda del Oso

La segunda parte del recorrido discurre por pistas y carreteras secundarias rodeadas de bosques y montañas, pasando junto al Reguero de las Xanas y su histórico puente, uno de los enclaves naturales más conocidos de la zona, antes de regresar al punto de inicio. Se trata de una ruta de dificultad moderada sin dificultades técnicas o físicas relevantes. [RUTA AQUI](#)



Parque Natural de Las Ubiñas-La Mesa

DIA 4 PLAYA DE SALINAS [Ubicación](#)



Playa de Salinas

Diferentes zonas de la playa ofrecen condiciones aptas para distintos niveles de experiencia. En función del oleaje y las mareas, es posible encontrar desde olas suaves para iniciarse hasta rompientes más potentes que atraen a surfistas avanzados. Además, Salinas cuenta con un excelente ambiente surfero, escuelas de surf, tiendas especializadas y todos los servicios necesarios para disfrutar de una jornada completa.



Playa de Xivares

La Playa de Xivares, situada en el concejo de Carreño (Asturias), es uno de los rincones más apreciados para la práctica del surf en la costa central asturiana. Su orientación al mar Cantábrico permite recibir oleaje con frecuencia, ofreciendo buenas condiciones durante gran parte del año para surfistas de nivel intermedio y avanzado.



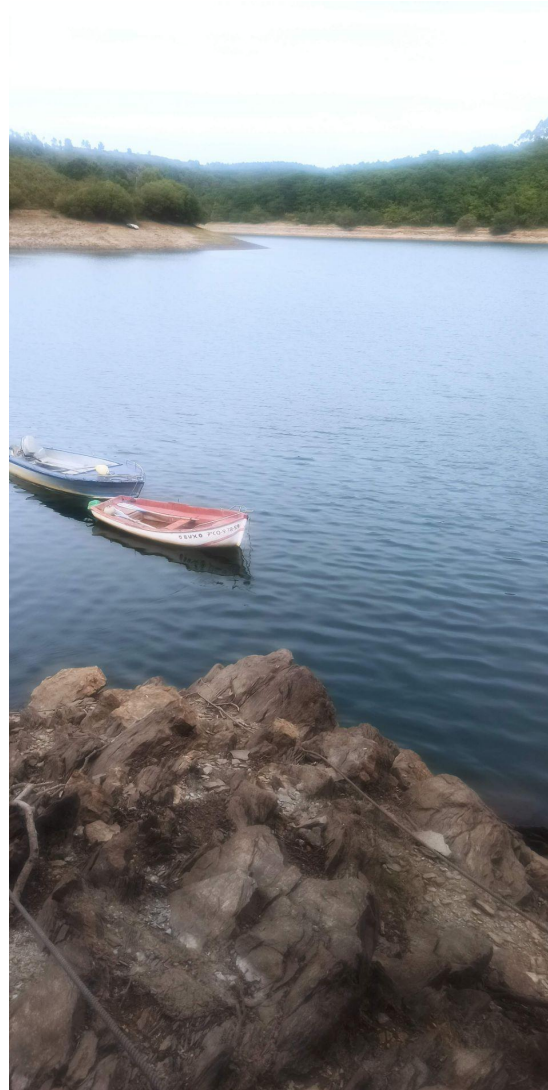
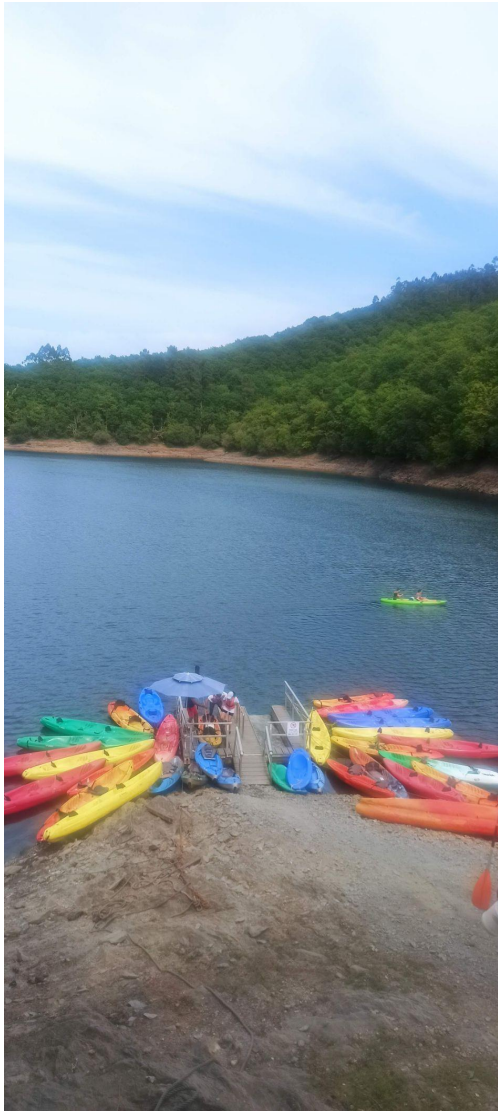
Parking playa Xivares



Vistas desde el Parking

DIA 6 FRAGAS DO EUME [Ubicación](#)

Las Fragas do Eume, situadas en la provincia de A Coruña (Galicia), alberga uno de los bosques atlánticos mejor conservados de Europa. Este espacio natural protegido destaca por sus frondosos robledales, castaños, alisos y helechos, que acompañan el curso del río Eume formando un paisaje de gran belleza y biodiversidad.



Fragas do Eume

Es entorno único para la práctica del kayak, permitiendo navegar por las tranquilas aguas del río Eume rodeado por uno de los bosques atlánticos mejor conservados de Europa. El recorrido transcurre entre frondosos robledales, castaños y alisos, ofreciendo una perspectiva diferente de este espectacular espacio natural.

Durante la travesía es posible contemplar la exuberante vegetación que cubre las laderas del valle, así como antiguos puentes de piedra y rincones de gran valor paisajístico. Uno de los principales atractivos es la vista del histórico Mosteiro de Caaveiro, un monasterio medieval enclavado en plena naturaleza que puede admirarse desde el río o combinarse con una visita a pie. [RUTA AQUI](#)

DIA 7 FINISTERRE [Ubicacion](#) y ÉZARO [Ubicación](#)

Finalizando el viaje en la costa de Morte con Inicio en Insua, recorriendo algunos de los lugares más emblemáticos del cabo de Fisterra. El itinerario asciende hasta la Fonte da Cama y continúa hacia el Faro de Fisterra, uno de los faros más famosos de Europa y considerado tradicionalmente el "fin del mundo" del Camino de Santiago.



Playa y mirador a la Costa da Morte

La ruta pasa por el Monte Facho y el Miradoiro de Solpor, dos magníficos balcones naturales desde los que se obtienen espectaculares vistas sobre el océano Atlántico y la abrupta costa gallega. En el descenso se visitan la Fonte Cabanas, el Monumento al Peregrino y la histórica Igrexa de Santa María das Areas, estrechamente vinculada a las tradiciones jacobeanas, antes de regresar al punto de partida

Se trata de una ruta de dificultad baja a moderada, ideal para disfrutar de una jornada de senderismo entre acantilados, faros, patrimonio histórico y algunas de las mejores panorámicas de la Costa da Morte. [RUTA AQUÍ](#)



Fervenza de Ezaro

Para finalizar el viaje realizó una pequeña parada recreativa en la bella Fervenza de Ézaro uno de los monumentos naturales más espectaculares de Galicia. En este singular enclave, el río Xallas se precipita desde una altura aproximada de 40 metros para desembocar directamente en el océano Atlántico, convirtiéndose en la única cascada de Europa que cae directamente al mar.

MATERIAL NECESARIO VIAJE

Material de Senderismo Trail running

Perfecto para:

Fragas do Eume

Cabo Fisterra

Fervenza do Ézaro

Rutas costeras de la Costa da Morte

Obligatorio

Mochila 30-40 L

zapatillas de trekking impermeables

Bastones de trekking (recomendables)

Chaqueta impermeable y cortaviento

Pantalón largo técnico

Pantalón corto

Gorra

Gafas de sol categoría 3

Crema solar SPF 50

Agua

Equipo de kayak

Necesario para:

Fragas do Eume (río Eume)

Material obligatorio

Kayak

Pala

Chaleco salvavidas homologado

Bolsa estanca

Calzado de agua o escaarpines

Bañador

Toalla

Recomendable

Camiseta técnica o lycra
Gafas de sol con cinta de sujeción
Protector solar resistente al agua
Gorra o sombrero
Ropa de recambio seca

Equipo de surf

Para:

Playa de Salinas
Playa de Xivares
Praia da Lagosteira (Fisterra)

Material

Tabla de surf
Neopreno (3/2 o 4/3 mm según época del año)
Invento (leash)
Escarpines (recomendables fuera del verano)
Parafina (wax) adecuada a la temperatura del agua
Toalla o poncho de cambio
Protector solar resistente al agua
Chanclas

Equipo de SUP (Stand Up Paddle)

Para:

Costa da Morte (calas protegidas)
Embalses y aguas tranquilas

Material obligatorio

Tabla de SUP
Pala ajustable
Leash
Chaleco de flotación
Bomba (si la tabla es hinchable)
Mochila de transporte
Bolsa estanca

Bañador
Toalla

Recomendable

Escarpines
Lycra o camiseta técnica
Neopreno corto (según temperatura del agua)
Kit de reparación
Ancla ligera (opcional)

Ropa recomendada (1 semana)

5 camisetas técnicas
2 pantalones cortos
2 pantalones largos
1 forro polar
1 chaqueta impermeable
1 cortavientos ligero
6-7 pares de calcetines técnicos
Ropa interior
Gorra
Buff
Guantes finos (opcionales)

Extra importante

Power bank (10.000-20.000 mAh)
Cargadores y cables
Bolsas estancas para documentación y electrónica
Dinero en efectivo (zonas rurales)
Linterna frontal con pilas de repuesto
Cámara deportiva (opcional)
Prismáticos (opcionales para observación de aves y costa)

Este material cubre todas las actividades previstas en el viaje: senderismo, kayak, surf, SUP y rutas por la Costa da Morte y las Fragas do Eume, sin necesidad de llevar equipamiento de alta montaña o vías ferratas