

experiencias por terra na costa da morte

rutas en bicicleta, a cabalo e a motor

O agreste litoral da Costa da Morte, xunto coas terras bañadas polas correntes fluviais que desembocan no Atlántico e os montes que dominan os vales, convértense nun destino ideal para descubrir os seus encantos en bicicleta, a cabalo ou en vehículo a motor. Se es das persoas ás que lle gusta á aventura, aquí tes un gran territorio que explorar!

Nesta experiencia ofrecémosche diferentes rutas para realizar pola túa conta, a través de empresas especializadas ou organizadas por clubs e concellos. Nelas conócerás, desde a costa ao interior, espazos naturais de grande importancia e destacados recursos culturais. Anímaste?

empresas especializadas

Centro Ecuestre Laurel
Estrada de Razo - Carballo
629 203 229 / 606 420 307
www.centroecuestrelaurel.es

Actividades que ofertan: **rutas a cabalo**

Centro de Turismo Ecuestre e Multiaventura 'O Ventoso'
San Paio 1, Erboedo - 15145 A Laracha
637 421 398
www.turismoequestreoventoso.com
info@turismoequestreoventoso.com

Actividades que ofertan: **rutas a cabalo**

Karting Montecalvo
Estrada de Camariñas, s/n - 15129 Vimianzo
649 995 360
circuitokartingmontecalvo@gmail.com

Actividades que ofertan: **circuíto de karts**

NaturMaZ
Aeródromo da Fervenza, 15625 Mazaricos
610 550 524
www.naturmaz.com
info@naturmaz.com

Actividades que ofertan: **rutas en BTT**

imaxas de portada e contraportada
de Turismo Camariñas



COSTA DA MORTE
Asociación de Turismo CMAT



**XUNTA
DE GALICIA**

galicia

experiencias por terra rutas en bicicleta, a cabalo e a motor

**EXPERIENCIAS
DE TURISMO ACTIVO
E DEPORTIVO
NA COSTA DA MORTE**

COSTA DA MORTE
Asociación de Turismo CMAT

**XUNTA
DE GALICIA**

galicia

rutas en bicicleta

O cicloturismo é unha actividade deportiva para descubrir pedaleando paisaxes naturais ao aire libre. Exercicio físico e paseos de pracer mestúranse nesta experiencia sobre rodas que podes practicar en bicicletas todo terreo (BTT) ou de estrada.

algunhas rutas BTT

Na Costa da Morte atoparás dúas grandes rutas que che permitirán coñecer tanto o litoral coma unha parte do seu interior: o Camiño de Santiago e o Camiño dos Faros.

O **Camiño de Santiago**, con inicio na compostelá praza do Obradoiro, lévate ata Muxía e Fisterra pasando por terras de Mazaricos, Dumbría, Cee e Corcubión. Unha das opcións recomendadas é a de facelo en días etapas, partindo de Compostela e descansando en Olveiroa. Así terás a oportunidade de gozar máis do camiño e dos seus encantos!

A outra gran ruta presenta un total de 220 quilómetros que une polo litoral os concellos de Malpica de Bergantiños e Fisterra, atopando un dos puntos más elevados no Monte Castelo do Lourido, en Laxe. Trátase do coñecido como **O Camiño dos Faros** que, malia estar ideado como unha ruta de sendeirismo, ten unha alternativa para BTT ciclabe ao 98 %.

Ademais destas dúas rutas, a oferta cicloturística da Costa da Morte é moi variada, existindo itinerarios creados para tal motivo xunto con outros que aproveitan os trazados das de sendeirismo.

Percorridos de entre 30 e 40 quilómetros de lonxitude podes atopalos en concellos da Comarca de Bergantiños, onde a **Ruta BTT da Laracha** te convida a coñecer o concello a través dun traxecto circular. Outra proposta é a **Ruta da Costa de Carballo**, con inicio e final na vila carballesa. E non podemos esquecer a **Ruta dos pinos no mar**, que percorre 30 quilómetros polo litoral entre Razo e Malpica de Bergantiños. Camiños polo monte nos que respirar aire fresco e escutar o mar.

Continuando por Carballo, tamén podes gozar da **Ruta das Férvedas** (PR-G 142). Un itinerario homologado como sendeiro de pequeno percorrido pola Federación Galega de Montañismo, polo que será habitual atoparse con sendeiristas no teu camiño.



rutas en bicicleta

En Ponteceso, a **Ruta do Mar de Corme e Ribeira do Anllóns** (PR-G 148) percorre camiños de ribeira e do litoral entre a casa do bardo Pondal e o porto de Corme; en Laxe, o mar domina o **Sendeiro Laxe - Traba** (PR-G 114) que percorre parte de Soesto; en Camariñas, a **Ruta Costa da Morte** (PR-G 158), a **Ruta Litoral**, a **Ruta da Insua** e a **Ruta dos Muíños da Ponte do Porto** (PR-G 190) -apta parcialmente- amósante diferentes zonas de mar e de río; e en Carnota, onde a lonxitude de dous dos seus hórreos compite coa da praia más longa de Galicia, podes percorrer a **Senda Verde** que desde Louredo chega ao Ancoradouro.

Máis información sobre rutas BTT
www.caminodesantiago.gal
www.caminodosfaros.com/btt
www.turismocarballo.com
www.ponteceso.net
www.caminosdomar.com
www.turismocamarinas.net
www.turismocarnota.com

marchas

As marchas cicloturistas de estrada ou de montaña son probas deportivas organizadas por diferentes entidades. Na Costa da Morte, son varias as rutas BTT promovidas por concellos como Carnota, Corcubión, Vimianzo, Mazaricos ou Zas, entre outros. Pero, ademais destas, destacamos outras probas que, se es amante da bicicleta, seguro que xa coñeces!

Unha das más antigas e tradicionais tanto da Costa da Morte coma da provincia da Coruña é a **Marcha BTT Costa da Morte**, organizada desde 2002 polo Club Ciclista Monteneme de Carballo.

O Club Laracha en Dúas Rodas organiza desde 2009 a **Marcha BTT polas cabeceiras do Anllóns**; e en Camariñas, a Asociación Cultural, Deportiva e Recreativa Virxe do Carme xunto cos PC Baikers do Vilán e o concello fan desde 2012 a **Ruta BTT da Caramiña**.

Por último, unha opción para bicicletas de montaña e outra para bicicletas de estrada no Concello de Dumbria: a **Ruta BTT Dumbría** e o **Gran Fondo Ézaro**, evento cicloturista de longa distancia coa meta no Miradoiro do Ézaro.

Máis información sobre marchas BTT
www.ccmonteneme.blogspot.com.es
www.larachaenduasradas.com
www.ccdumbria.dumbria.es
www.granfondoezaro.com



rutas a cabalo

Os paseos a cabalo son unha das mellores maneiras de achegármonos ao mundo da equitación, disfrutando ao mesmo tempo do contacto coa natureza. Se tes cabalo, achégatelo a coñecer algunas das paraxes deste xeodestino. Caión, porta de entrada á Costa da Morte, o espazo natural Razo-Baldaio, o val do río Anllóns, o encoro da Fervenza ou o Camiño de Santiago, entre outros moitos. Se non, poderás montar na compañía de persoal cualificado en diferentes centros ecuestres.

Outra posibilidade é a de percorrer rutas de sendeirismo aptas para cabalos, como o Sendeiro Laxe - Traba (PR-G 114), a Ruta das Férvedas en Carballo (PR-G 142), a Ruta do Mar de Corme e Ribeira do Anllóns en Ponteceso (PR-G 148), a Ruta Costa da Morte (PR-G 158), unha parte da dos Muíños da Ponte do Porto (PR-G 190), a do Litoral ou a da Insua en Camariñas e a Senda Verde de Carnota.

Ademais, se o que che gustan son as marchas organizadas, varios concellos son escenario de afamadas rutas cabalares como a denominada "da Costa da Morte" en Vimianzo, a do Reira en Camariñas, a da Romaxe de Coiro en Mazaricos, a de Montemaior na Laracha ou a de Cerqueda.



rutas a motor

Se a túa paixón está no mundo dos deportes a motor, podes percorrer en vehículos 4x4 ou quads diferentes sendas e camiños forestais. Rutas ecoturísticas que che permiten gozar de motos con catro rodas e todo terreo en pleno contacto coa natureza. Expedicións pensadas para coñecer a Costa da Morte combinando condución, fermosas paisaxes e aventura. Un universo no que amosar a destreza ao volante á hora de esquivar charcos, barro, pedras ou desniveis.

Queres participar nunha marcha organizada? O club da Laracha "Lume no Caño" organiza desde hai anos a **Ruta de Quad Ó Son da Lama**.

E se prefires un circuito pechado, outra opción telta no **karting**, unha disciplina do automobilismo que se practica en pequenos coches de carreiras de pouca cilindrada sen carrocería, caixa de cambios nen suspensión. Outra experiencia sobre rodas!

Máis información sobre a ruta no facebook de Lume no Caño