

ETAPA 8 (NEMIÑA-FARO FISTERRA) (26.2 Km - Dificultad Alta - ±1100 m desnivel)

DESCRIPCIÓN DEL RECORRIDO

Esta etapa, además de larga, destaca por su dureza, ya que circulamos por terreno muy variable y con un desnivel acumulado potente, pasando continuamente de acantilados a playas. Podemos dividirla en los siguientes tramos:

- **Tramo 1:** Desde la playa de Nemiña hasta la playa de Lires el camino va por el sendero interior del Río Castro hasta llegar al pueblo de Lires y, desde allí, una pista asfaltada nos lleva a la playa de Lires. Todo este tramo lo podemos atajar durante la marea baja en verano, ahorrándonos 4 kilómetros. Pero ojo, sólo en esa época ya que en época de lluvias la ría forma un canal que hace imposible cruzarla.
- **Tramo 2:** Acantilados de Lires. Este tramo es duro por el desnivel y la rugosidad del terreno cuando pasamos los acantilados. Al cruzar los acantilados hay que ir con cuidado y no salirse del sendero. A pesar de la sensación de vértigo que podamos tener, la ruta es segura. si no nos acercamos al borde del acantilado para sacar la mejor foto.
- **Tramo 3:** Playa del Rostro - Arenal grande de casi 2 km que debemos tomar con tranquilidad y disfrutar de la fuerza del mar. Al final de la playa es buen sitio para hacer un descanso.
- **Tramo 4:** Acantilados de la Punta do Castelo. Hay varios sitios donde no nos debemos acercar al borde, ya que existe el riesgo de caída. Repetimos, no busquéis el sitio más al borde para sacar la foto.
- **Tramo 5:** Acantilados de Cabo de la Nave - Unos de los más espectaculares del camino pero también duro. Se sube por un camino estrecho desde casi el nivel del mar hasta los 220 metros del Cabo de la Nave. Tomáelo con tranquilidad y disfrútalo
- **Tramo 6:** A partir de aquí se suaviza la etapa. Este último tramo baja a la peligrosa Playa de Mar de Fora para subir por A Insua camino del Monte do Facho, donde tendremos la última subida desde la que ya veremos el Faro de Fisterra
- **NOTA** - Todas las playas que recorremos en esta etapa son altamente peligrosas para el baño, existiendo una gran resaca y ausencia de socorristas

PUNTOS DESTACADOS ETAPA 8 (26.2 Km - Dificultad Alta - ±1100 m desnivel)

REF	PUN	KM	HOR	P E L	D I F	A G U Ñ	S E Ñ	P E R	C O C	DES	
833	Faro de Fisterra		9:00							Quedada en Faro Fisterra	
833	Bus Fisterra-Nemiña		9:15							El autobús nos llevará al punto de partida en Nemiña y después ya tendremos nuestros coches en Faro Fisterra al final de la etapa. Coste del bus: 3 euros.	
802	Carretera Playa de Nemiña	1,9		1	-					Tramo de carretera sin apenas tráfico	
803	Cruce sendero del Río Castro	2,8		-	-		V	C		Cruce que hay que tomar a la derecha camino de Lires	
804	Ponte de Vaosilveiro	4,2									
805	Lires	4,6					B				
806	Carretera Ría de Lires	5,1		1	-					Carretera sin apenas tráfico	
807	Playa de Lires	6,4	11:20						A		
808	Salida de Playa de Lires	6,5		2	-		V	X		Hay que tomar la pista de tierra y no ir por el borde del mar, ya que no tiene salida	
809	Subida después de las playas	7,2		-	2					Pequeña subida	
810	Bajada al Acantilado de Lagoa	7,9		-	1		V		B	Cruce para bajar al acantilado de Lagoa	
811	Acantilado de Lagoa	8,1		1	1					Acantilado que se cruza y se vuelve a salir al camino de arriba	
812	Bajada a Mexadoira	9,3		-	1		V	X		Cruce para bajar al acantilado de Mexadoira	
813	Acantilado da Mexadoira	9,7	13:10	3	2				X	A	Acantilado por el que tenemos que tener cuidado, no acercarnos nunca al borde. Al final, está la cascada en la que hay que tener cuidado, ya que tiene una caída libre
814	Bajada al Rostro	10		-	-		V			Cruce para bajar a la playa del Rostro	
815	Principio Praia do Rostro	10,4									
816	Final Praia do Rostro (30')	12,2	14:00	-	-				B	Buen sitio para hacer una parada de descanso	
817	Acantilados Punta do Castelo	12,7		3	2					Si sigues la ruta sin salir del sendero no hay problema. OJO no arrimarse al borde en algunos sitios que pasamos cerca, como la Punta do Rostro.	
818	Mirador do Casón	13	14:30							Aquí fue donde embarrancó el buque Casón.	
819	Castro de Castromiñán	14	15:15	-	2				A	A la derecha sale el sendero para subir al castro. Merece la pena ver el acantilado desde allí arriba	
820	Acantilados de O Gavioteiro	14,2	15:25	2	-					El sendero es seguro, Los acantilados tienen vistas espectaculares pero no os arriméis al borde	
821	Acantilados de Arnela (1,2 Km)	14,4		1	2					Tramo de acantilados seguros que nos llevan hasta la Praia da Arnela	
822	Praia de Arnela	15,9	16:00	-	-		V	X	B	Cruce a la derecha para dirigirse a los acantilados de la Nave	
823	Acantilados Cabo de la Nave (2.2 Km, 11,4%)	16,6		1	3					Acantilados exigentes físicamente y espectaculares. Tomárselo con tranquilidad	
824	Cabo de la Nave (10' descanso)	18,8	17:20						A		
825	Cruce a la derecha	19,4									
826	Playa de Mar de Fora	21,4		2	-					Salimos de la costa y el camino continua por la pasarela de madera camino de la Insua	
827	Merendero Mar de Fora	22	18:25								
828	A Insua (Fuente y Bar)	22,6							B		
829	Camiño da Insua	22,7	18:55								
830	Cruce Monte do Facho	22,9		-	-					En la bifurcación, tomar la derecha para continuar por la costa	
831	Subida al monte do Facho (650m, 18%)	24,3		-	2					Ultima subida del camino, corta pero exigente	
832	Monte Facho	24,9	19:15								
833	Faro Fisterra	26,2	19:40						A	Quedada final de la etapa en O Semáforo y en el otro bar del faro. Cada uno que lleve sus pinchos que allí no habrá. Tendremos preparada alguna sorpresa para hacer tiempo antes de la puesta de sol	

Paradas de avituallamiento recomendadas: Final de la Playa de O Rostro y Cabo de la Nave. Cada uno que lleve sus bocadillos y agua. Llevar 2 litros de agua por cabeza.

Fuentes: OJO, No tenemos agua desde Lires a A Insua.

GOCHES DE SEGURIDAD

COCHE	PUNTO	COMENTARIOS
A	Praia de Lires	Contador de Trasnos
B	Cruce acantilado de Lagoa	
A	Acantilado da Mexadoira	
B	Final de Playa de O Rostro	
A	Castro de Castromiñán	
B	Praia de Arnela	
A	Cabo de la Nave	
B	Bar de A Insua	
A	Faro de Fisterra	Recepción final de etapa

TELEFOROS DE URGERCIA

TAXIS FISTERRA	Parada 981740255 & Gonzalo Santos 687021940 & Carlos Insua 639690831
CRUZ ROJA FISTERRA	981740134
CENTRO MEDICO CEE	981716208
BOMBEROS CEE	112

ETAPA 8 (REMIÑA-FARO FISTERRA) (26.2 Km - Dificultad Alta - ±1100 m desnivel)

