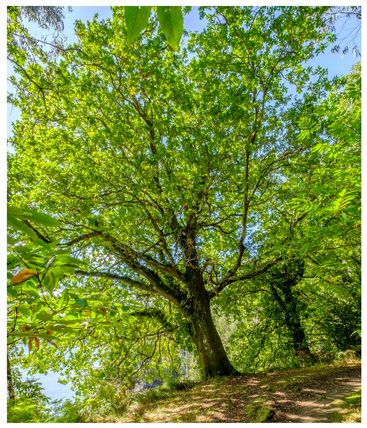
Camiñando. Praias e Muíños

Cabanas
A fragafeita mar



Cunha lonxitude aproximada de 5.94 km., este percorrido lévanos desde a rotonda que dá acceso á praia da Madalena ata a praia de Río Castro, pasando pola praia de Chamoso, as Modias, a travesía do Río, o parque do Areal e o paseo da Madalena, devolvéndonos ao lugar de partida.

A baixa dificultade e duración do traxecto fano apto para case todas as persoas; un calzado cómodo cun bo axuste e a precaución necesaria (non esquezamos que transcorre por zonas de cantís) proporcionarannos unha gratificante travesía.

Apto para bicicleta soamente nalgúns tramos.

1.

Saímos desde a Madalena, lugar emblemático do municipio, á beira da rotonda. Iremos avanzando polo paseo marítimo deixando á esquerda o antigo campo de fútbol e o piñeiral da Madalena, lugar moi apreciado e empregado polos amantes do deporte ao longo de todo o ano, no que podemos contemplar unha gran cantidade de pombos (*Columba palumbus*) e esquíos vermellas (*Sciurus vulgaris*).

Unha vez que cheguemos ao final do piñeiral seguiremos polo Camiño Cantiño, deixando á dereita a rotonda e o Clube marítimo A Penela.

2.

Chegados a este punto, debemos subir unhas escaleiras de madeira con 47 chanzos. A medida que ascendemos, podemos pararnos para ir contemplando as fermosas vistas que nos ofrece a paisaxe: a praia da Madalena, a ponte do ferrocarril e o piñeiral da Madalena. Chegados ó cumio, adentrarémonos nun impoñente bosque no que podemos observar especies vexetais autóctonas: carballos (*Quercus robur*), castiñeiros (*Castanea sativa*), loureiros (*Laurus nobilis*), ameneiros (*Alnus glutinosa*) e acivros (*Ilex aquifolium*), entre outros. A partires de aquí e ata que saiamos do bosque, debemos extremar a nosa precaución, xa que a ruta neste primeiro tramo vai paralelo á costa, polo bordo de cantís. Debemos continuar sempre polo carreiro de terra, evitando calquera desviación á dereita.

3.

Neste punto, á nosa esquerda atopamos un miradoiro desde o que podemos asomarnos e albiscar as primeiras rochas da praia de Chamoso, a praia da Madalena, Pontedeume e a ría de Ares.

4.

Atopámonos neste punto cunhas escaleiras que conducen á praia de Chamoso. Trátase dunha pequena praia, cunha lonxitude aproximada de 50 m. de longo por 10 m. de ancho, cun grao de ocupación baixo. É unha praia de area dourada e augas tranquilas cunha ondada moderada, polo que é ideal para o baño. Nós seguimos o carreiro iniciando unha pequena subida; ao chegar ao alto, continuaremos pola nosa esquerda polo camiño de Chamoso, deixando á nosa dereita a vía do tren.

5.

Chegamos ao cruzamento, á esquerda temos un carreiro que nos leva á praia de Río Castro. É unha pequena praia, tamén coñecida como a cala de Almieiras, situada no límite dos concellos de Fene e Cabanas, cunha lonxitude aproximada 50 metros de lonxitude por 10 metros de ancho, de area fina e augas moi tranquilas con nivel de ocupación baixo. A nosa ruta continúa pola dereita polo Camiño Fontiñas en dirección a San Martiño do Porto.

6.

Atravesamos o paso subterráneo do tren e á esquerda podemos ver o pobo de Redes. Continuamos de fronte polo Camiño Modias e posteriormente iremos polo Camiño Chamoso. Son camiños asfaltados, onde podemos pararnos para contemplar edificacións típicas da arquitectura popular, como varios muíños, algún rehabilitado con vivenda.

7.

Ao chegar ao final do Camiño Chamoso, cruzamos a estrada AC-122 (Ares-Mugardos), deixamos á nosa dereita o aparcadoiro do cemiterio da igrexa parroquial de San Martiño do Porto, continuamos o camiño deixando o río, que máis adiante cruzaremos, á nosa dereita, seguimos pola travesía do Río 1 e posteriormente polo Camiño Río no lugar da Torre. A medida que avanzamos podemos contemplar a rica arquitectura popular da zona.

8.

Seguimos o camiño desviándonos no cruzamento á dereita, polo Camiño Corredoira Igrexa. Ao chegar ao final do mesmo, cruzamos a estrada AC-122 (Ares - Mugardos), baixamos pola escaleira e continuamos por Costa 21, atravesando o paso subterráneo do tren e deixando á esquerda a igrexa da Madalena.

9.

Seguimos de fronte polo paseo da Madalena, ata chegar ao paso subterráneo da vía do tren, que deberemos atravesar e continuar pola urbanización A Deza, o parque do Areal e a oficina de turismo.

10.

Chegados á oficina de turismo bordeámola e continuamos cara a praia da Madalena, atravesamos o paso subterráneo do tren e seguimos o camiño ata atoparnos cun illote que deixaremos á nosa esquerda, ata chegar ao noso destino.

XUNTA DE GALICIA
GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE AGRICULTURA Y PESCA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE
FEADER
Europa inviste no rural
galicia

Camiñando. Praias e Muíños

Cabanas
A fragafeita mar

MIDE

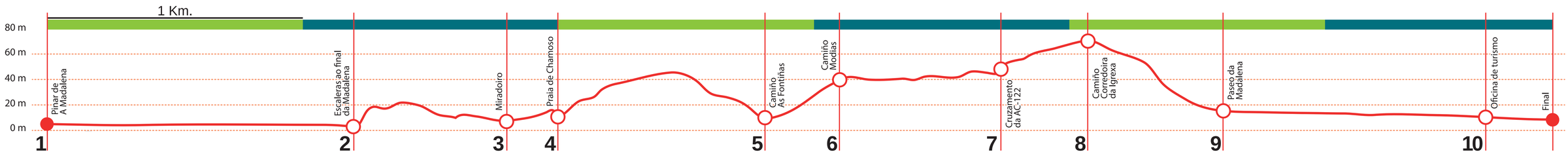
Horario	2h 05’
Desnivel de subida	300 m.
Desnivel de baixada	300 m.
Distancia horizontal	5,9 Km.
Tipo de percorrido	Circular
Severidade do medio natural	2
Orientación no itinerario	1
Dificultade no desprazamento	1
Cantidade de esforzo necesario	2

Condicións de todo o ano.
Tempos estimados
segundo o criterio MIDE, sen paradas.
Calculado sobre datos do 2017

Piñeiral da Madalena

Praia de Chamoso

Muiños



www.cabanasturismo.es

KML GPX

XUNTA DE GALICIA

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE AGRICULTURA Y PESCA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE

FEADER
Europa inviste no rural

galicia