

ETAPA 5 (AROU-CAMARIÑAS) (26.1 Km - Dificultad Media - ±575 m desnivel)

DESCRIPCIÓN DEL RECORRIDO

La etapa transcurre prácticamente por zona de costa y acantilado, por pequeños senderos y caminos, no tocando prácticamente carretera asfaltada y, en los casos que sí la toca, esta no tiene prácticamente circulación a motor. Podemos dividir la etapa en varios tramos:

- Tramo 1 (Arou-Santa Mariña) - El camino discurre en su mayoría por sendero y, en algunos tramos, pegado a los acantilados. Probablemente, los senderistas irán en fila india todo este tramo. OJO donde pisamos, si queremos hacer una foto o pararnos, nos apartamos del sendero para que el resto pueda seguir andando.
- Tramo 2 (Santa Mariña-Praia do Trece-Cementerio dos Ingleses) - El camino subirá al Penal de Veo (Monte Branco) con bastante pendiente y grandes vistas cara atrás, por lo que se recomienda tomarse esa subida en calma y sacando fotos. **El lugar es muy sensible medioambientalmente**, por lo que es obligatorio ir en fila de a uno, sin salirse fuera del camino y sin pisar los tapices vegetales que han llevado años formarse. También podréis ver las caramiñas, especie en peligro de extinción. Una vez pasada la Praia do Trece, la gente se dirigirá cara al Cementerio dos Ingleses o al Bosque de la Praia do Trece, dos buenos lugares para el avituallamiento.
- Tramo 3 (Cementerio dos Ingleses-Cabo Vilán) - El camino transcurre por sendero y senda peatonal, cogiendo un poco de carretera ya llegando al faro.
- Tramo 4 (Cabo Vilán-Camariñas) - Sendero y caminos sin problemática ninguna hasta la llegada a Camariñas, donde cogeremos un poco de carretera asfaltada para llegar al núcleo urbano.

PUNTOS DESTACADOS ETAPA 5 (26.1 Km - Dificultad Media - ±575 m desnivel)

REF	PUN	KM	HOR	P E L	D I F	A S E R	S P E C	C O C	DES
501	Praza do Curbeiro (Camariñas)		9:00					X	Quedada en Camariñas: Puerto de Camariñas a las 9:00. Se ruega puntualidad.
501	Bus Camariñas-Arou		9:15						El autobús nos llevará al punto de partida en Arou y después ya tendremos nuestros coches en Camariñas al final de la etapa. Coste del bus: 3 euros.
502	Salida Playa de Arou	0	10:00						
503	Cruce Enseada Xan Ferreiro	0,9		-	-	V	C	A	Cruce a la derecha a la salida de Arou para recorrer toda la ensenada hasta el mirador.
504	Mirador de Lobeiras	1,6	10:30						
505	Praia de Lobeiras	1,8						A	
506	Tramo Praia de Lobeiras-Porto de Santa Mariña (1.8 Km)	2		2	2	-	-		Tramo de rocas. El grupo irá en fila, por lo que puede haber algún adelantamiento con peligro o un mal apoyo.
507	Porto de Santa Mariña	3,8	11:30	-	-	-	-	B	Acercarse hasta la explanada del puerto para ver las vistas.
508	Coído de Santa Mariña	4,2		1	2				Coído de bolos que hay que cruzar con cuidado.
509	Duna de Monte Branco	5,3	12:15	-	2			X	El punto más sensible medioambientalmente de todo O Camiño dos Faros. Obligatorio ir en fila de a uno, sin salirse fuera del sendero y sin pisar los tapices vegetales que han llevado años formarse. También podréis ver las caramiñas, especie en peligro de extinción. Tanto la subida como la bajada tienen bastante pendiente. Tomaros con calma la subida, haciendo las paradas que considereis oportunas y OJO a las caídas en la bajada.
510	Praia do Trece	5,8	12:40	-	-				Seguir las señales para hacer el menor daño posible y poder disfrutar de esta maravilla de la naturaleza.
511	Bosque do Trece	7,5		-	-				Pequeño bosque de pinos, perfecto para avituallamiento.
512	Cementerio dos Ingreses (40')	8	13:30	-	-			X A	Parada 40' con avituallamiento + charla Rafael Lema. Rafael es delegado en A Costa da Morte de la Real Liga Naval Española y autor del libro "Costa da Morte un país de sueños y naufragios". El nos contará el naufragio do Serpent y el origen del nombre de A Costa da Morte.
513	Praias de Reira	10,8	14:30	-	-	V			Cruce hacia las playas, Pedra do Oso y tramo que que alterna senderos y playa.
514	Monte Pedroso	12,5	15:15	-	2				Pequeña subida bastante empinada.
515	Faro Vilán (40')	14,9	15:50			B		B	Cabo Vilán (parada 40' + charla farera Cristina Fernández). Cristina Fernández, farera del Vilán desde 1977 es una de las primeras mujeres fareras de este país. Nadie como ella para contarnos la historia de este faro y las anécdotas que lleva vivido en esta su casa. Otro lujo para O Camiño dos Faros.
516	Punta Esperillo	15,6	17:00						
516	Fuente					F			Hay que desviarse unos 300 metros
517	Campo de fútbol	18,6						A	Cruce a la derecha en el campo de fútbol. Bajada por el mismo sitio
518	Ermida da Virxe do Monte	19	18:00	-	-	V			
518	Castelo de Soberano	20,9							
519	Porto de Camariñas	22	19:00						
520	Bar O Curbeiro	22,7	19:00	-	-			B	Quedada fin de etapa (pinchos e intercambio de impresiones)

Paradas de avituallamiento recomendadas: Cementerio dos Ingleses y Cabo Vilán.

Fuentes: OJO, en esta etapa no hay fuentes en todo el recorrido, hasta llegar a Cabo Vilán (15 km, 6 horas). Llevar 2 litros de agua por cabeza.

COCHES DE SEGURIDAD

COCHE	PUNTO	COMENTARIOS
A	Cruce Enseada Xan Ferreiro	Contador de Trasnos. Una vez contados, va al mirador de Lobeiras hasta que pasen todos y se queda 30'
B	Porto de Santa Mariña	Avisos en el comienzo subida a Monte Branco - Frase: "Queremos que mañana no se note que pasamos por aquí"
A	Cementerio de los Ingleses	Recepción charla Rafael Lema (40') y posteriormente explicación de Vilan: "Quedan 2 horas para Vilán, donde estará la farera"
B	Faro Vilán	Recepción Faro Vilán (40') y explicación de lo que pueden ver
A	Campo de fútbol	
B	Bar O Curbeiro	Recepción fin de etapa y consultas sobre la etapa

TELEFONOS DE URGENCIA

TAXIS CAMARIÑAS	Angel José Tajés 628314339 & Toñito 609039434
TAXIS PONTE DO PORTO	Chicho 646961964 & Antonio 654812351
PROTECCION CIVIL CAMARIÑAS	650420021
CENTRO MEDICO VIMIANZO	981716208
CENTRO MEDICO CAMARIÑAS	981736200 Rúa Río do Prado, S/N, o lado do Centro de iniciativas

ETAPA 5 (AROU-CAMARIÑAS) (26.1 km - Dificultad Media - ± 575 m desnivel)

