

PLAGES



CRÉDITS

Édition

Association des communes de la région de Ferrol
Plan de promotion touristique de la géodestination Ferrolterra

Dessin et mise en page

Item-Aga Comunicación

Textes

Association des communes de la région de Ferrol avec la collaboration des communes de Mañón, Ortigueira, Cariño, Cedeira, Valdoviño, Narón, Ferrol, Fene, Mugarodos, Ares, Cabanas, Pontedeume et As Pontes.

Traductions

Révision et mise à jour 2017: Item Aga

Anglais: www.englishspanish.com

Français: Lucía Rouco Paz (ICE Galicia)

Photos

Photo de couverture Ovidio Aldegunde

Archives PDPT Ferrol Ortegal

Association de communes de la région de Ferrol

Commune d'Ortigueira, commune de Cedeira, commune de Pontedeume, commune de Mugarodos.

DMC Galicia

Dépôt légal

C 2159-2014

Réédition 2017

© De l'édition, du plan et des textes Association de communes de la région de Ferrol

© Photographies, auteurs

Mise à jour et impression 2017



Deputación
DA CORUÑA



UNIÓN EUROPEA

FONDO EUROPEO DE
DESENVOLVEMENTO REXIONAL
"Unha maneira de facer Europa"



XUNTA
DE GALICIA

galicia





MANCOMUNIDADE
Concellos da Comarca
de Ferrol



Valdoviño

Les étendues de sable de la destination Ferrolterra – Rías Altas permettent de choisir entre les longues plages ouvertes sur la mer, avec un paysage environnant spectaculaire, ou des plages calmes à l'intérieur des rías d'Ortigueira, de Cedeira, de Ferrol et de Betanzos. La ligne côtière de Mañón à Pontedeume est composée d'une série de plages durables en ce qui concerne les conditions environnementales et les services disponibles; les 12 plages labellisées Pavillon Bleu dans les communes d'Ortigueira, de Valdoviño et de Ferrol en font preuve.

Le Pavillon Bleu est une distinction et un système de certification de la qualité environnementale qui récompense la participation aux initiatives environnementales des autorités municipales, de la population locale, des visiteurs et des organismes du secteur public. La mise à jour des plages labellisées Pavillon Bleu a été effectuée en 2017, mais cela peut changer au cours des prochaines années, du fait que cette distinction doit être renouvelée tous les ans. Les plages labellisées Pavillon Bleu sont indiquées sur le guide au moyen du symbole suivant: 

En outre, 7 plages de Ferrolterra – Rías Altas sont incluses dans le Réseau Galicien des Plages sans Fumée, des communes de Cabanas, Ferrol, Mañón, Ortigueira et Valdoviño. Elles sont indiquées sur le guide avec le symbole suivant: 



Esteiro (Mañón)

Communes du Nord au Sud

MAÑÓN

■ Plage de Vilela

43° 45' 12.4" N - 7° 41' 23.2" W

Description: plage abritée de 270 mètres de longueur et de sable fin.

■ Plage de Bares

43° 46' 17.8" N - 7° 40' 24.4" W

Description: plage semi-urbaine et abritée. Ses 1500 mètres de sable fin et blanc invitent à la baignade dans cet espace naturel proche de la sierra d'A Faladoira et du Phare d'Estaca de Bares. La tranquillité de sa plage et les services qu'elle offre en font une plage particulièrement adaptée aux familles. Plage sans fumée.

Caractéristiques:

- Parking.
- Douches / WC pour handicapés.
- Restaurations et logement à proximité.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage et de ramassage sélectif de résidus.
- Terrain de sport / aire de jeux pour enfants.

■ Plage d'Esteiro

43° 44' 50.9" N - 7° 43' 22.7" W

Description: plage rurale de 1850 mètres de sable fin. Située à proximité des falaises, elle est composée d'un système de dunes et d'eaux connues par sa forte houle et ses courants marins. Elle est connue dans la zone pour la pratique du surf (plusieurs écoles y sont installées). Elle se trouve dans la zone de loisirs d'Esteiro, avec sa pinède, ses barbecues, tables, aire de jeux et pavillon de sport. Plage sans fumée.

Caractéristiques:

- Parking / Accès handicapés.
- Douches / WC.
- Restaurations à proximité.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage et de ramassage sélectif de résidus.

ORTIGUEIRA

■ Plage Picón

43° 44' 38.1" N - 7° 44' 35.3" W

Description: plage en milieu rural, vierge et isolée. Elle fait 470 mètres de long et son sable est blanc et fin. Venteuse, elle a des hautes vagues et un fort ressac, mais aussi des beaux panoramas marins depuis les falaises. Dans un endroit d'accès difficile et peu surpeuplé, elle est idéale pour profiter du soleil, des sports nautiques et du site naturel. Il y a des escaliers pour l'accès à pied, des douches, un parking et une aire de pique-nique.

Belvédère O Coitelo (Le meilleur banc du monde)

Description: ce belvédère spectaculaire se vante d'avoir le meilleur banc du monde d'où l'on peut admirer les falaises de Loiba et l'entrée de la ria avec les caps d'Ortegal et d'Estaca de Bares à ses bouts. **Accès:** depuis Ortigueira, prenez la route AC-862 en direction de Viveiro et continuez pendant environ 11 km jusqu'à Loiba. Continuez à gauche, en direction de Picón. Au prochain carrefour, prenez la route en direction de Loureiros - O Picón, puis continuez jusqu'à l'abri de bus et tournez à gauche, tout près de la falaise.

■ Plage de Gaboteira

43° 44' 29.7" N - 7° 45' 17.4" W

Description: plage de galets abritée. Accès piétonnier.



"Le meilleur banc du monde" (Loiba)

■ Plage d'O Castro

43° 44' 22.3" N - 7° 45' 33.6" W

Description: plage abritée de 520 mètres de long Loureiros - O Picón et de sable fin.

■ Plage Fabrega

43° 44' 18.1" N - 7° 45' 54.9" W

Description: crique d'environ 500 mètres de long située au bout des formidables falaises des alentours de Loiba. Peu fréquentée, avec un sable épaissé d'accès très difficile.

L'espace de loisirs Cadaval

Description: situé sur une pointe à Loiba, l'espace de loisirs sur la plage Gaivoteira est composé de tables et de bancs, ainsi que de panneaux explicatifs de l'endroit.

Accès: depuis Ortigueira, prenez la route AC-862 en direction de Viveiro et continuez pendant 11 km environ jusqu'à Loiba. Continuez à gauche, en direction de Picón. Au prochain carrefour, prenez la route vers de Loureiros - O Picón, puis suivez les indications jusqu'au belvédère.

■ Plage d'O Carro

43° 44' 17.5" N - 7° 46' 11.3" W

Description: plage abritée de 500 mètres de longueur et de sable fin.

■ Plage de Ribeira Grande - O Sarridal

43° 44' 04.3" N - 7° 46' 31.7" W

Description: il s'agit d'une plage de 1000 mètres de long et ouverte sur la mer, c'est pourquoi elle est venteuse et qu'elle a souvent de grandes vagues. Seulement accessible à pied, elle est située dans un site naturel fabuleux, aux pieds d'une haute falaise.

Mirador de Pena Furada

Description: à proximité de l'aire de service camping-car, c'est un point d'arrêt obligatoire de la randonnée parcourant le littoral de la commune. Le mirador de Pena Furada, situé sur la plage de Sarridal, offre des panoramas uniques du littoral des villages de Céltigos et de Loiba. Situé sur une pointe, il permet d'admirer Pena Furada, un rocher impressionnant creusé par la mer et situé en face de l'étendue de sable de Ribeira Grande ou Sarridal. De plus, il offre aussi une vue magnifique des falaises de Loiba avec les zigzags du chemin qui descend jusqu'à Ribeira do Carrol et Os Castros au premier plan.

Accès: depuis Ortigueira, prenez la route AC-862 en direction de Viveiro et continuez pendant 11 km environ jusqu'à Loiba. Continuez à gauche, en direction de Picón. Au prochain carrefour, prenez la route vers Loureiros - O Picón, puis suivez les indications jusqu'au belvédère.

■ Crique d'Arxúa

43° 43' 38.5" N - 7° 47' 43.8" W

Description: plage abritée de 60 mètres de long et de sable fin.

■ Plage Bimbieiro

43° 43' 34.9" N - 7° 47' 41.1" W

Description: petite plage (160 mètres) célèbre parce qu'elle est la seule plage de galets de cet endroit. C'est le petit ruisseau qui s'y jette dans la mer celui qui désigne sa forme. Elle est séparée de la plage d'Eirón par un promontoire où les vestiges assez érodés d'un castro (fortification celte) se font remarquer dans la partie supérieure. Accès facile à pied.

Caractéristiques: du balisage des points dangereux, des douches et un service de nettoyage.



Espasante

San Antonio (Espasante)

■ Plage d'Eirón

43° 43' 23.8" N - 7° 47' 47.5" W

Description: Eirón est une jolie plage presque vierge de 400 mètres de long. De sable blond et fin, elle est assez abritée et elle n'a presque pas de ressac.

Caractéristiques: Il y a des poubelles.

■ Plage San Antonio

43° 43' 18.9" N - 7° 48' 16.9" W

Description: plage en milieu urbain, en forme de coquillage, d'environ 510 mètres de sable blond et fin. Même si ce n'est pas une plage venteuse, les vagues sont modérées et elle idéale pour faire du surf. Elle est près d'Espasante et de son port. Avec des beaux panoramas de la mer du haut des falaises, la montagne descend jusqu'au sable. Idéale pour profiter du soleil, de la baignade et du site naturel, elle est située juste à côté de la Plage d'Eirón. Chemin du Littoral.

Caractéristiques:

- Parking / Accès handicapés.
- Restaurations et logement à proximité.
- Service de nettoyage.
- W.C.

■ Crique de Santa Cristina

43° 43' 22.6" N - 7° 48' 46.0" W

Description: plage abritée de 50 mètres de long et de sable fin, d'où il est possible d'accéder au Castro Punta dos Prados.

■ Plage d'A Concha

43° 43' 15.8" N - 7° 48' 34.0" W

Description: plage urbaine, peu venteuse et aux eaux calmes, presque sans danger. C'est une plage idéale pour profiter de la baignade et du soleil sur une étendue de sable d'1 kilomètre. C'est une zone habituelle de

mouillage d'embarcations de plaisance. Sa tranquillité et les services qu'elle offre en font une plage particulièrement adaptée aux familles. Plage sans fumée.

Caractéristiques:

- Parking.
- Gare (FEVE).
- Accès handicapés.
- Douches / W.C.
- Restaurations et logement à proximité.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage.

L'espace de loisirs d'A Concha

Description: l'espace de loisirs d'A Concha est situé tout près de la plage du même nom. Parmi les services dont la plage dispose, on peut trouver des tables, des bancs, des tables de ping-pong, des douches, des toilettes accessibles, des poubelles de tri sélectif, un parking, une aire de jeux et un parcours de santé. De plus, elle est à proximité du point de départ de la Route des Pêcheurs, faisant partie du Chemin côtier.

■ Plage d'O Ladrado

43° 42' 11.7" N - 7° 49' 45.6" W

Description: c'est une plage isolée de 50 mètres, de sable fin et aux eaux calmes. Protégée par l'île de San Vicente, elle est située dans un site naturel et écologique privilégié: au milieu de l'embouchure des rias de Ladrado et de Santa Marta d'Ortigueira.

■ Plage de Morouzos

43° 42' 10.1" N - 7° 50' 55.1" W

Description: plage rectiligne en milieu rural de 3 kilomètres, de sable foncé et fin. Les vagues sont modérées et il y a un risque de



Morouzos (Ortigueira)

ressac. Elle a une pinède avec une vaste extension de dunes. Juste en face, l'île de San Vicente est accessible à pied à marée basse, mais il faut être prudent Idéale pour profiter du soleil, de la baignade et du site naturel. Plage sans fumée.

Caractéristiques:

- Parking.
- Gare (FEVE).
- Douches.
- Accès handicapé.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage.
- W.C.

L'espace de loisirs Piñeiral de Morouzos

Description: cette pinède (Piñeiral de Morouzos) fait partie de l'aire publique et maritime de la plage et de ses écosystèmes, de même que le système de dunes et les estrans. En 2005, tout l'ensemble a fait l'objet d'un projet de rénovation qui visait à améliorer les équipements et l'accessibilité à l'aide de différents services accessibles: des parkings, des passerelles, des tables et des bancs, des refuges, des points d'information et de repos, des itinéraires piétonniers et un observatoire ornithologique. C'est pourquoi la plage de Morouzos est labellisée Pavillon Bleu et Ecoplayas. En juillet, cette pinède fut le terrain de camping du Festival International du monde celte, l'un des festivals les plus importants d'Europe, avec celui de Lorient. **Accès:** sortez de la ville d'Ortigueira en direction de Viveiro: vous y trouverez, à gauche, la route qui mène jusqu'à la plage. Prenez cette route et continuez tout droit pendant 3 km. Et voilà, vous êtes arrivés à destination.

CARIÑO

■ Plage de Figueiras

43° 42' 41.8" N - 7° 51' 39.7" W

Description: petite plage rectiligne de 250 mètres, de sable blanc et fin, située dans un environnement bien préservé. Ses eaux calmes offrent les conditions nécessaires à la pratique des sports nautiques.

Caractéristiques:

- Service de nettoyage.

■ Plage de Fornos

43° 42' 47.8" N - 7° 51' 15.4" W

Description: plage en milieu rural, vierge et isolée, de sable gris et fin avec des nuances de rouge. Elle est en forme de coquillage et elle a une pinède à proximité. Venteuse (idéale pour le surf) et avec des vagues modérées, elle est propice à la baignade et aux sports nautiques: le ski nautique, le scooter des mers, la planche à voile... Située à l'entrée de la ria d'Ortigueira, elle est idéale pour observer l'extraordinaire beauté naturelle des environs. Zone de mouillage pour les embarcations.

Caractéristiques:

- Parking.
- Douches.
- Poubelles.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage.
- W.C.
- Accès handicapés.

■ Plage de Basteira

43° 43' 53.9" N - 7° 52' 22.1" W

Description: plage abritée, de 500 mètres de long, de sable fin et avec une occupation moyenne en été.



Cariño



Sonreiras (Cedeira)



Caractéristiques:

- Parking.
- Accessible en bus.
- Douches.
- Restaurations et logement à proximité.
- Poubelles.
- Promenade au bord de la mer.
- Service de nettoyage.
- Accès handicapés.

■ Plage d'A Concha

43° 44' 18.5" N - 7° 52' 12.3" W

Description: c'est une plage située en milieu urbain, de sable blanc, gris et fin. En forme de coquillage, elle a une extension de 750 mètres. Elle est propice à la baignade et aux sports nautiques. Belles vues panoramiques de la ria d'Ortigueira. Portuaire, elle a une zone de mouillage pour les embarcations.

Caractéristiques:

- Parking.
- Accessible en bus.
- Douches.
- Restaurations et logement à proximité.
- Service de nettoyage.
- Accès handicapés.

■ Crique d'O Peiral

43° 44' 39.9" N - 7° 52' 01.8" W

Description: plage en milieu urbain, de gravier, avec une petite zone de sable fin. Elle est très fréquentée par les locaux. Avec un ressac et avec des vagues modérées, elle est propice à la pratique de la plongée sous-marine.

Caractéristiques:

- Douches.
- Service de nettoyage
- Eau potable

CEDEIRA

■ Crique de Sonreiras

43° 39' 32.7" N - 8° 04' 22.4" W

Description: petite crique (20 mètres) d'accès difficile: un grand escalier seulement accessible à marée basse. Malgré cela, c'est un endroit très charmant du fait qu'il est juste à côté d'un ancien vivier de crustacés abandonné.

■ Plage de Area longa

43° 39' 36.1" N - 8° 04' 05.1" W

Description: située aux environs du port de Cedeira, en milieu semi-urbain, c'est une plage de 220 mètres de long, en forme de coquillage et de sable blanc et fin. Abrisée du vent, ses eaux calmes sont propices à la baignade et aux sports nautiques (voile, aviron...). C'est une plage portuaire avec une zone de mouillage pour les embarcations.

Caractéristiques:

- Parking.
- Douches.
- Poubelles
- Poste de secours.
- Restaurations et logement à proximité.

■ Plage d'A Magdalena

43° 39' 34.7" N - 8° 03' 19.9" W

Description: plage en milieu urbain. Elle a la forme d'une baie et 1300 mètres de sable blanc et fin. Bien abritée et aux eaux calmes, elle est propice à la baignade et aux sports nautiques. C'est une plage portuaire avec une zone de mouillage pour les embarcations. Dans les alentours, il y a une promenade au bord de la mer et à l'ombre d'une pinède aménagée, des tables, des bancs, une aire de jeux... C'est un endroit idéal pour se promener, avec des jeux pour enfants à proximité.



A Magdalena (Cedeira)



Pantín (Valdoviño)



Caractéristiques:

- Parking.
- Douches.
- Poste de secours
- Accès handicapés.
- Restaurations et logement à proximité.
- Service de nettoyage.

VALDOVIÑO

■ Plage de Vilarrube

43° 38' 17.8" N - 8° 04' 19.5" W

Description: elle est située une fois passés les villages de Valdoviño et de Pantín à Vilarrube. Il s'agit d'une étendue de 1420 mètres de sable blanc et fin, aux eaux calmes. Elle est entourée de montagnes et éloignée des centres urbains.

Caractéristiques:

- Parking.
- Service de nettoyage.
- Douches.
- Poste de secours.
- W.C.

L'espace de loisirs Vilarrube

Description: en raison de sa situation entre la route AC-566 et la plage de Vilarrube, il s'agit d'une aire de repos plutôt que d'un espace de loisirs. Cet endroit, entouré de végétation est caractérisé par ses châtaigniers, il est aménagé avec quatre tables, des bancs et un parking.

Accès: pour s'y rendre, il faut suivre la route AC-566 qui traverse le centre du village de Valdoviño, dans la direction de Cedeira. Il est placé au kilomètre 24.

■ Crique de Graxal

43° 39' 16.9" N - 8° 05' 39.2" W

Description: plage abritée et de 100 mètres de long et une étendue de sable avec des galets.

Pointe Chirlateira ou pointe de Pantín

Description: de très bons panoramas: d'un côté, la plage de Vilarrube et le village de Cedeira, avec son port; de l'autre côté, le littoral de la commune avec la pointe Frouxeira au fond. Juste en face, l'immensité de l'océan.

Accès: depuis la capitale de la commune, prenez la route AC-566 dans la direction de Cedeira et vous y trouverez une déviation à gauche pour la plage de Baleo. Continuez tout droit et, après 2,7 km, vous arriverez à un petit belvédère d'où l'on pourra admirer, à droite, le chemin qui reste à parcourir. Ce chemin, à suivre vers la pointe, est composé de sentiers traversant des pinèdes.

Pointe Ouzal ou Prucallo

Description: elle est située à 65 mètres au-dessus du niveau de la mer. Vous pouvez voir, à droite, la pointe Chirlateira, aussi connue sous le nom de la pointe de Pantín et, à gauche, la plage de Baleo. Si le temps est peu nuageux, il est possible d'apercevoir la pointe Frouxeira, avec son phare particulier la lumière la plus jeune de Galice, et encore la silhouette du cap Prior. **Accès:** depuis la capitale de la commune, prenez la route AC-566 dans la direction de Cedeira et vous y trouverez une déviation à gauche pour la plage de Baleo. Continuez tout droit et, après 1,7 km, vous verrez la pointe Ouzal (ou pointe Prucallo) à gauche.



O Baleo (Valdoviño)

■ Plage de Baleo

43° 38' 47.3" N - 8° 06' 07.9" W

Description: plage de 400 mètres de long, de sable blanc et fin. Située en milieu rural, elle est en forme de coquillage. Ses vagues peuvent être hautes ou modérées. C'est un endroit idéal pour profiter du soleil et de la baignade dans un environnement naturel peu fréquenté.

Caractéristiques:

- Douches.
- Service de nettoyage.
- Restaurations et logement à proximité.
- Poste de secours.
- W.C.

■ Plage de Porto Carrizo

43° 38' 34.7" N - 8° 06' 31.4" W

Description: plage abritée de 200 mètres de long et de sable fin.

■ Plage de Pantín / d'O Rodo

43° 38' 20.1" N - 8° 06' 33.7" W

Description: plage rectiligne en milieu rural, de sable blanc et fin, très venteuse et propice à la pratique des sports nautiques, notamment le surf. De fait, c'est l'endroit choisi pour accueillir la compétition internationale de surf Pantín Classic, l'une des plus prestigieuses en Europe. Avec une extension de 950 mètres, cette plage est connue par ses courants marins et ses hautes vagues.

Caractéristiques:

- Accessible en bus.
- Poste de secours.
- Restaurations et logement à proximité.
- Service de nettoyage.
- Accès handicapés.
- W.C.
- Douches.

L'espace de loisirs O Rodo-Marnela

Description: l'espace de loisirs O Rodo se trouve à l'entrée de la plage d'O Rodo-Marnela. Il est aménagé avec des tables et des bancs en bois. Il y a aussi une aire de jeux, en plus d'un parking. À signaler la proximité de la lagune d'A Rega, une jonchaie dont la flore et la faune sont très intéressantes.

Accès: depuis la capitale de la commune, prenez la route AC-566 dans la direction de Cedeira et vous y trouverez une déviation à gauche pour Marnela de Riba. Prenez cette déviation et continuez tout droit jusqu'à la plage d'O Rodo et l'espace de loisirs qui porte le même nom.

■ Crique de Rosella

43° 38' 03.6" N - 8° 07' 39.6" W

Description: plage de galets, abritée, de 150 m de longueur.

■ Crique de Prados

43° 38' 01.6" N - 8° 07' 59.3" W

Description: plage en milieu rural, vierge, isolée et en forme de coquillage. Elle a 100 mètres de long, un sable épais et du gravier. Venteuse et avec des hautes vagues. Idéale pour profiter de la tranquillité dans un environnement naturel peu surpeuplé et pour admirer la façon dont les vagues frappent les falaises.

Belvédère O Paraño

Description: il offre une bonne vue panoramique du littoral, du cap Prior (Ferrol) aux alentours de Cedeira, et notamment d'A Frouxeira (plage et lagune).

Accès: pour y arriver, il faut prendre une route secondaire au rond-point de la plage d'A Frouxeira et suivre la ligne côtière pendant 2 km en direction de Pantín et de Cedeira. La route goudronnée mène jusqu'au belvédère. Vous y trouverez des bancs en pierre et une fontaine.



A Frouxeira (Valdoviño)



A Frouxeira (Valdoviño)



■ Plage d'A Frouxeira

43° 36' 53.9" N - 8° 09' 10.3" W

Description: cette plage extraordinaire fait 3500 mètres de long et elle est située en milieu semi-urbain. Très venteuse, elle est parfaite pour faire du surf. Étant donné qu'elle est ouverte sur la mer, il y a normalement un risque important de ressac; c'est la grande marée en fin d'août. La plage arrive jusqu'à une pointe où se trouve un phare et une belle vue de la mer du haut des falaises. Dans les alentours, il y a un système de dunes et la lagune d'A Frouxeira, espace protégé.

Caractéristiques:

- Parking.
- Camping à proximité.
- Poste de secours.
- Accès handicapés.
- Service de nettoyage.
- Restaurations et logement à proximité.
- W.C.
- Douches.



L'espace de loisirs A Frouxeira

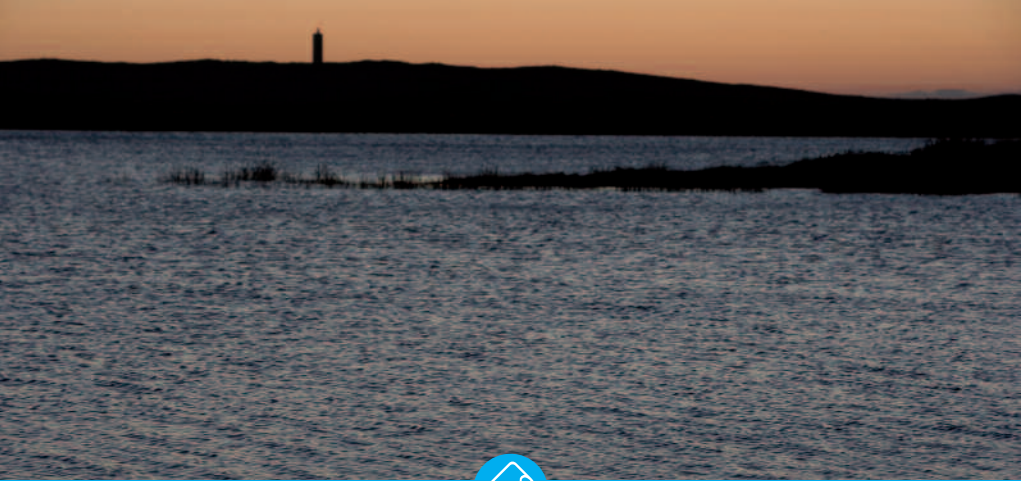
Description: cet espace de loisirs est à proximité de la plage et de la lagune d'A Frouxeira, dans un endroit caractérisé par ses belles vues de la plage et par l'ensemble naturel qui l'entoure. Le mélange des eaux salées et douces limite la diversité végétale de l'endroit. Malgré cela, il y a des pins et d'autres arbres et arbustes à feuilles caduques, tels que des aulnes ou des saules. Grâce à la lagune, il est possible d'y apercevoir une vaste variété d'oiseaux qui y habitent en permanence ou des oiseaux de passage: le canard chipeau, la mouette rieuse, le canard colvert, la sarcelle d'hiver, l'huîtrier pie, le héron cendré, le pluvier argenté, le pluvier à collier interrompu, le grand gravelot, le bécasseau sanderling, la gallinule poule-d'eau, etc. La lagune et l'étendue de sable de Valdoviño ont été classées site RAMSAR (Zones Humides d'Intérêt Mondial) ce qui fait que cet espace de loisirs soit placé dans un endroit unique et spécial. Il y a des tables, des bancs, des parcours en bois, des aires de jeux et un parking.

Accès: depuis la capitale de la commune, une fois passé l'office de tourisme (situé à droite) il faut prendre une déviation à gauche qui nous mène jusqu'à la plage d'A Frouxeira. La plage est au bout d'une descente de 1,5 km. La mer est en face, l'espace de loisirs est à gauche.

■ Plage d'O Rego

43° 36' 42.4" N - 8° 11' 30.7" W

Description: plage de galets de 160 mètres de long, en milieu rural, vierge, isolée et venteuse. Elle est située à proximité de l'ermitage de Notre Dame d'O Porto (seulement accessible à marée basse) et du phare de la pointe Frouxeira. C'est un endroit idéal pour profiter



Valdoviño

de la tranquillité dans un environnement naturel peu fréquenté.

■ Crique d'O Porto

43° 36' 35.7" N - 8° 11' 36.6" W

Description: plage de sable blanc et pierres, en forme de coquillage et avec une extension de 100 mètres. C'est une plage située en milieu rural, vierge, venteuse et avec des vagues moyennes. Elle est située à proximité de l'ermitage de Notre Dame d'O Porto (seulement accessible à marée basse) et du phare de la pointe Frouxeira. C'est un endroit idéal pour profiter de la tranquillité dans un environnement naturel peu surpeuplé. Zone de mouillage pour les embarcations.

Belvédère de la pointe Frouxeira (Phare de Meirás)

Description: le phare et les environs de l'ermitage d'O Porto, à Meirás (seulement accessible à marée basse). Des falaises exceptionnelles. Vous pouvez garer les voitures dans les alentours.

Accès: depuis la capitale de la commune, prenez la route AC-566 dans la direction de Narón. À la sortie du centre-ville, tournez à droite au premier rondpoint (AC-116). Continuez tout droit pendant 3 km; au carrefour, tournez à droite pour emprunter la route qui mène au phare et à la pointe Frouxeira.



■ Crique de Mourella

43° 36' 33.2" N - 8° 11' 33.9" W

Description: crique de 130 mètres, abritée et de sable fin. Plage sans fumée.

■ Crique d'O Cano Grande

43° 36' 31.7" N - 8° 11' 33.0" W

Description: petite crique de 70 m, abritée et de sable fin.

■ Plage d'O Río

43° 36' 06.0" N - 8° 11' 34.8" W

Description: elle est située à Meirás, Valdoviño. Depuis Valdoviño, prenez la route C- 646 et suivez les indications vers la plage de Meirás. Plage de 220 mètres de long, en milieu semi-urbain et de sable blanc et fin. Idéale pour pratiquer des sports nautiques, comme le surf, la planche à voile, etc. Ouverte sur la mer, es vagues sont importantes et ses courants sont forts. Camping à proximité. Située dans la paroisse de Meirás et accessible depuis Valdoviño par la route C-646, en suivant la signalisation de plage Meirás.

Caractéristiques:

- Camping à proximité.
- Poste de secours.
- Douches / W.C.
- Restaurations et logement à proximité.
- Service de nettoyage.

■ Plage de Campelo

43° 34' 59.0" N - 8° 12' 56.5" W

Description: plage en milieu rural, en forme de coquillage, avec du sable blanc et du gravier. Très venteuse, elle est propice à la pratique du surf. Elle a un parking.

Caractéristiques:

- Poste de secours / Douches / W.C.



Santa Comba (Ferrol)

Belvédère de Montefaro, aussi connu sous le nom d'Alto do Campelo

Description: petite élévation du terrain de plus de 250 mètres au-dessus du niveau de la mer. Depuis le sommet, occupé par d'anciennes batteries militaires, il y a une belle vue du cap Prior, à l'ouest, et de la pointe Frouxeira, à l'est. La plage de Campelo est à ses pieds.

Accès: pour visiter ce belvédère, prenez la route AC-116, qui relie Ferrol à la commune de Valdoviño. À Meirás, prenez la déviation qui mène à la plage de Campelo. Les premiers kilomètres sont parcourus sur des routes goudronnées, depuis le parking de la plage la route continue par un autre chemin qui nous conduira jusqu'au Pico da Vela, Montefaro ou Alto do Campelo.

NARÓN

■ Crique de Lopesa

43° 34' 37.6" N - 8° 13' 28.9" W

Description: située à O Val, c'est une plage de 300 mètres de long, en forme de coquillage, vierge et isolée. De sable blanc et fin, elle est située en milieu rural.

■ Crique d'Hortiña

43° 34' 18.1" N - 8° 14' 10.4" W

Description: plage en forme de coquillage et de sable blanc. Située en milieu rural, elle est vierge et isolée. C'est une plage venteuse et avec des vagues importantes. Accessible en voiture.

■ Crique de Casal

43° 34' 02.3" N - 8° 14' 31.6" W

Description: plage en forme de coquillage et de sable blanc. En milieu rural, vierge et isolée. Venteuse et avec vagues importantes, c'est l'endroit idéal pour admirer la force des vagues, le paysage de la sierra et les plages voisines de Covas et d'A Frouxeira. Elle est parfaite pour les amateurs de la nature et des lieux peu surpeuplés.

Depuis la capitale de la commune, prenez la route Ferrol-Covas. Après l'église, tournez à droite vers la plage de Ponzos. Prenez le chemin du regroupement des parcelles de remembrement et allez jusqu'au chemin qui mène à la plage.

FERROL

■ Plage de Ponzos

43° 33' 15.5" N - 8° 16' 20.2" W

Description: grande plage (1370 mètres) caractérisée par des vents forts, de grosses vagues et un ressac important. Entourée de végétation, de forêts et de potagers, elle est éloignée des centres urbains et elle est séparée de la plage de Casal par une petite pointe. En milieu rural, elle a des zones vertes dans les environs.

Caractéristiques:

- Poste de secours.
- Douches.
- Poubelles.
- Service de nettoyage

■ Plage de Sartaña

43° 33' 20.2" N - 8° 16' 31.5" W

Description: plage ouverte de 110 mètres de longueur et de sable fin.



Santa Comba (Ferrol)

■ Plage d'As Fontes

43° 33' 29.3" N - 8° 16' 57.2" W

Description: plage abritée de 60 mètres de longueur et de sable fin.

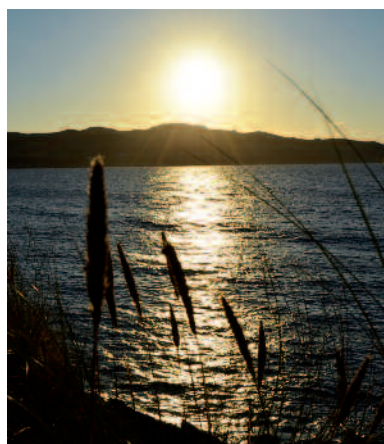
■ Plage de Santa Comba

43° 33' 27.0" N - 8° 16' 59.7" W

Description: grande étendue de sable en forme de coquillage et avec 1500 mètres de sable fin. Située en milieu rural, elle est idéale pour la pratique des sports nautiques, comme le surf. Proche de l'île de Santa Comba, qui abrite un petit ermitage dédié à la Sainte: on pourra y accéder, prudemment, à marée basse.

Caractéristiques:

- Accessible en bus.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage.



■ Crique d'O Porto

43° 33' 35.6" N - 8° 18' 12.6" W

Description: plage ouverte de 50 mètres de long et de sable fin.

Belvédère du cap Prior

Description: c'est un mirador en milieu naturel, maritime, tout près du phare du cap Prior, qui guide les marins qui entrent dans la ria de Ferrol. C'est un endroit d'une beauté naturelle extraordinaire, d'où l'on peut admirer la géographie tortueuse de la terre s'enfonçant dans la mer et le doux paysage des plages de Santa Comba, de Ponzos, d'Esmelle, d'A Fragata... C'est l'endroit parfait pour admirer le coucher du soleil. Depuis le XIIIe siècle, c'était l'arrivée des bateaux qui pêchaient des baleines. D'ici, il était possible de voir l'arrivée des cétacés qui passaient par les eaux froides en hiver. De nos jours, c'est un bon endroit pour les bernaclés.

Accès: prenez la route Ferrol-Covas. Puis, à Covas, prenez la déviation vers le phare du cap Prior.

■ Plage d'O Vilar

43° 32' 25.7" N - 8° 17' 52.7" W

Description: avec 250 mètres de long, elle a une piste cyclable et un passage piéton à proximité entre les plages de cette partie du littoral de Covas. Plage calme, de sable fin, elle est bien aménagée et possède un camping.

Caractéristiques:

- Parking.
- Poste de secours.
- Restaurant.
- Service de nettoyage.

■ Plage de Fragata-Pareixal

43° 32' 19.9" N - 8° 17' 46.5" W

Description: plage en forme de coquillage, de sable blanc et fin, d'environ 160 mètres de longueur. Elle est située à côté des plages d'O Vilar et d'Esmelle. Bien aménagée et avec un camping, c'est une plage très fréquentée. Plage sans fumée.



Doniños (Ferrol)

Caractéristiques:

- Parking / Piste cyclable.
- Poste de secours.
- Restaurant.
- Service de nettoyage.

■ Plage d'Esmelle

43° 32' 09.1" N - 8° 17' 39.4" W

Description: plage en forme de coquillage, de sable blanc et fin, normalement venteuse. Située à côté de la plage d'A Fragata, elle fait partie de l'étendue de sable où se trouve aussi la plage de San Xurxo. Bien aménagée, elle est classée Pavillon Bleu.

Caractéristiques:

- Parking / Piste cyclable.
- Poste de secours.
- Restaurant.
- Service de nettoyage.

L'espace de loisirs As Cabazas

Description: l'espace de loisirs As Cabazas appartient au village Covas, à quelques kilomètres de la ville de Ferrol. Il s'agit d'un vaste endroit consacré aux loisirs et il est très fréquenté l'été comme l'hiver.

Accès: au départ de Ferrol, soit vous prenez la route Ferrol-Covas et, une fois que vous avez passé le centre-ville de Covas, vous prenez le chemin vers Esmelle; soit vous prenez la route Ferrol-San Xurxo, puis la déviation en direction d'Esmelle.

Belvédère d'Outeiro

Description: mirador situé sur un des accès à la plage de Doniños qui domine une vue fantastique sur la plage et sert de point d'observation du coucher du soleil, ce qui attire de nombreux visiteurs dans les nuits claires.

■ Plage de San Xurxo

43° 31' 23.8" N - 8° 18' 29.7" W

Description: classée Pavillon Bleu, c'est une étendue de sable de 2.100 mètres, de sable fin, venteuse et avec de grandes vagues. Également connue sous le nom de «la plage à deux fleuves», c'est l'embouchure du fleuve Eselle et du ruisseau Xuncal. Séparée des plages d'A Fragata et d'Esmelle juste par des rochers, elle finit au Monte San Xurxo. En milieu rural. Il y a de belles vues sur la mer lors de la grande marée et c'est une plage idéale pour les amateurs de la planche à voile.

Caractéristiques:

- Parking.
- Poste de secours.
- Restaurant.
- Service de nettoyage.

■ Crique de Lobadiz

43° 30' 33.4" N - 8° 19' 40.5" W

Description: plage abritée de sable épais.

■ Plage de Doniños

43° 30' 10.5" N - 8° 19' 10.1" W

Description: plage rectiligne de 1700 mètres de sable blanc et de grandes vagues. Elle a deux accès: pointe Penencia (peu fréquentée mais surveillée et avec un service restaurant - 43° 29' 16.2" N - 8° 19' 19.7" W-) et Outeiro (très fréquentée). Idéale pour la pratique du surf et du bodyboard, elle abrite les vestiges d'un castro (fortification celte) préromain où l'on a découvert des bijoux et des objets celtes; au milieu de la plage, sur l'emplacement d'un ancien château, les installations d'une batterie côtière de la Marine espagnole. Selon les chroniques, «le 25 août 1800 une flotte anglaise, composée de plus d'une centaine de navires de



Doniños (Ferrol)

guerre et de très nombreuses troupes d'infanterie, se présenta à la plage pour y débarquer et prendre Ferrol. L'entreprise semblait facile mais les troupes de l'amiral Warren durent affronter le ressac. Les « chaloupes » anglaises furent donc détruites par les canons qui protégeaient Ferrol et ses accès, le passage de la lagune étant inaccessible. La plage de Doniños contribua ainsi à la défaite des Anglais».

Caractéristiques:

- Parking / Accès handicapés.
- Poste de secours.
- Restaurant.
- Service de nettoyage.
- W.C.

■ Crique de Lumbó

43° 29' 01.8" N - 8° 19' 30.0" W

Description: plage abritée de 150 mètres de long et de sable fin.

Belvédère de Monteventoso

Description: c'est un mirador situé en milieu rural, à côté de l'observatoire météorologique. D'une beauté naturelle exceptionnelle, d'ici il est possible d'admirer la grandeur de l'océan, entre le cap Prior et le cap Prioriño. De magnifiques panoramas à 245 mètres au-dessus du niveau de la mer.

Accès: depuis Ferrol, prenez la route Ferrol-San Xurxo. Après 2 km, à Balón, prenez la déviation vers Confurco, où vous devrez ensuite suivre les indications pour arriver jusqu'à l'observatoire météorologique.

■ Plage de Cariño

43° 28' 14.7" N - 8° 19' 00.2" W

Description: petite plage (90 mètres) de sable blanc et fin. Elle n'a pas de service ou d'équipement particulier.

■ Crique de San Felipe

43° 28' 07.0" N - 8° 16' 41.6" W

Description: plage abritée de 10 mètres de long et de sable fin.

■ Plage de A Graña

43° 28' 51.6" N - 8° 15' 36.7" W

Description: plage rectiligne de 250 mètres, située dans la ria de Ferrol, de sable blond et fin et aux eaux calmes. Idéale pour se baigner et pratiquer des sports nautiques (voile, aviron). En milieu semi-urbain, portuaire, elle a une zone de mouillage pour les embarcations et un club nautique fournissant du gazole, des grues, un garage, des services de douane et des chantiers navals. Visite indispensable: promenade sur la ria. Proche d'une base navale.

■ Plage de Caranza

43° 28' 38.0" N - 8° 12' 08.3" W

Description: plage urbaine, artificielle, de 600 mètres de long, de sable blanc et fin. Située dans la baie de Caranza, aux eaux calmes, elle est idéale pour les sports nautiques (de la voile, de l'aviron...). Elle a une promenade au bord de la mer et de belles vues sur la ria de Ferrol.

FENE

■ Plage de San Valentín / O Regueiro

43° 28' 46.3" N - 8° 10' 12.5" W

Description: plage riveraine de la ria de Ferrol, en forme de baie, de sable blanc et très fin. Elle est située à proximité de la promenade maritime de San Valentín et en milieu urbain. À marée haute, la plage est presque complètement couverte d'eau. Malgré la proximité des parcs, des jardins et même d'un pavillon sportif, la plage elle-même n'a pas beaucoup de services. Idéale pour regarder les embarcations et les pêcheurs de la ria.



San Xurxo (Ferrol)



A Bestarruza (Mugardos)

■ Crique de Carril

43° 27' 50.7" N - 8° 11' 32.0" W

Description: plage riveraine de la ria de Ferrol, rectiligne, de sable blond et très fin. Ses eaux calmes sont propices à la baignade. En milieu rural, elle est idéale grâce à la tranquillité et la belle vue sur la ville et la ria de Ferrol.

Caractéristiques: parking à moins de 500 mètres et des poubelles et poubelles.

■ Plage d'A Garita

43° 27' 34.1" N - 8° 12' 12.6" W

Description: plage riveraine de la ria de Ferrol, rectiligne, en milieu semi-urbain et de sable blond épais. Ses eaux calmes sont propices à la baignade. L'étendue de sable est aussi utilisée pour la pêche à pied et le ramassage des fruits de mer de la ria; on peut donc observer cette activité de ramassage traditionnelle les jours où la marée le permet.

■ Plage de Río Sandeo

43° 25' 36.5" N - 8° 11' 51.5" W

Description: plage riveraine de la ria d'Ares et de Betanzos, en forme de baie, de 70 mètres de long de sable blond très fin. En milieu rural, c'est une plage très abritée. Ses eaux calmes sont propices à la baignade. C'est une zone de mouillage pour les embarcations. L'accès est difficile mais elle vaut la peine pour la tranquillité et la beauté de l'environnement.

■ Plage de Coído

43° 25' 33.5" N - 8° 11' 35.8" W

Description: cette plage, de 100 mètres de long, offre des eaux calmes propices à la baignade à l'intérieur de la ria d'Ares et de Betanzos. C'est aussi une zone de mouillage pour les embarcations. Malgré l'accès difficile,

cela vaut la peine d'y aller pour la tranquillité et la beauté de l'environnement.

■ Plage d'Almeiras

43° 25' 28.4" N - 8° 11' 13.7" W

Description: plage riveraine de la ria d'Ares et de Betanzos, de 60 mètres de long, en forme de coquillage, abritée et de sable fin. En milieu rural et aux eaux calmes, elle est idéale pour la baignade et la pratique des sports nautiques. L'étendue de sable est très réduite à marée haute. C'est une zone de mouillage pour les embarcations et elle a de belles vues sur la ria.

Caractéristiques:

- Parking à moins de 500 mètres.
- Douches.
- Poubelles.
- Restaurants à moins de 500 mètres.
- Service de nettoyage.

■ Plage de Río Castro

43° 25' 27.4" N - 8° 11' 09.7" W

Description: plage abritée de 50 mètres de long et de sable fin.

MUGARDOS

■ Plage de Bestarruza

43° 27' 40.2" N - 8° 15' 45.0" W

Description: au cœur même de Mugardos, dans la paroisse de San Xulian, sur les rives de la ria et bien à l'abri du vent, pour profiter d'une bonne baignade dans une ambiance tranquille et agréable. C'est une plage accueillante, avec du sable blanc épais et aux eaux calmes, entourée de beaucoup de végétation. Depuis la plage, vous pouvez contempler les ruines d'une ancienne usine de salaison du XVIII^e siècle.

Caractéristiques:

- Douches / W.C.



Chanteiro (Ares)

Ponzos (Ferrol)

- Poubelles / Service de nettoyage.
- Poste de secours.
- Restaurants à proximité.

ARES

■ Plage de Chanteiro

43° 26' 44.6" N - 8° 18' 08.9" W

Description: plage de 350 m en forme de coquillage, avec du sable doré, située dans la crique de Ares, entre Punta do Segaña et Punta Coitelada, dans un endroit semi-urbain. Chaude, venteuse avec des vagues moyennes, elle est idéale pour faire du windsurf, de la voile et des sports nautiques, comme la plongée sous-marine. Propice pour la navigation, avec une zone de mouillage pour les embarcations. Apte pour nager et profiter de l'eau et du soleil dans une ambiance tranquille, loin de la foule.

Caractéristiques:

- Parking.
- Bus.
- Camping proche.
- Douches.
- Accès pour les handicapés.
- Services de restauration proches.
- Service de nettoyage.
- Service de sauvetage et poste de secours.

■ Crique de Ribada

43° 25' 28.2" N - 8° 15' 38.3" W

Description: plage abritée de 230 m de long avec du sable fin.

■ Crique d'Os Colados

43° 25' 25.0" N - 8° 15' 37.8" W

Description: petite plage de 100 m en forme de coquillage, avec du sable doré et fin,

d'accès difficile, isolée, dans une ambiance presque vierge. Chaude, venteuse avec des eaux tranquilles, elle est idéale pour la natation et profiter de l'eau et du soleil dans un décor sauvage et tranquille. Propice pour pratiquer une randonnée dans la ría d'Ares.

■ Plage Barrosa

43° 25' 22.2" N - 8° 15' 28.5" W

Description: plage de 240 mètres, en forme de coquillage, de sable blond. Elle est située dans la baie d'Ares, isolée, dans un endroit vierge et rural d'accès difficile. Avec un climat doux, elle est venteuse et aux eaux calmes. Elle est idéale pour nager et pour profiter de l'eau et du soleil dans un endroit presque sauvage, à proximité du centre-ville.

■ Plage d'Estacas

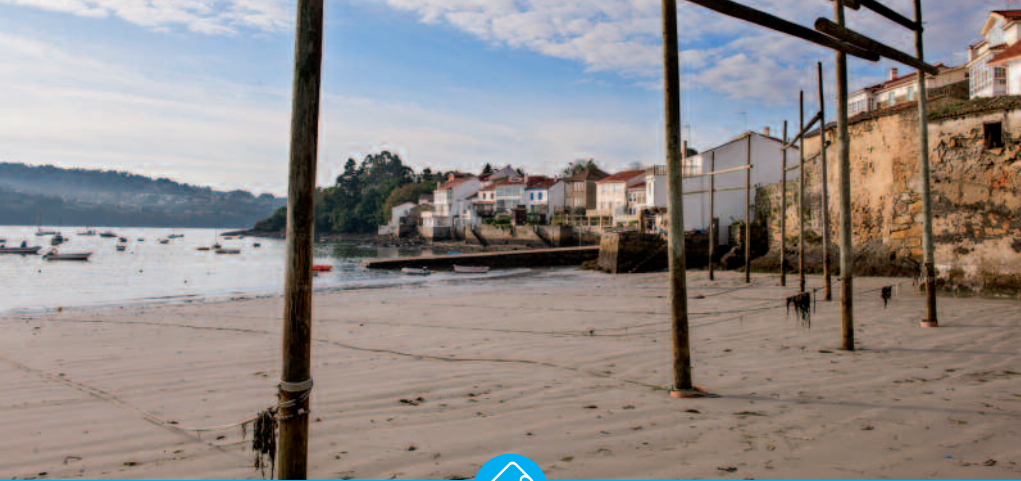
43° 25' 12.9" N - 8° 14' 54.8" W

Description: plage rectiligne, de sable blanc, située dans la baie d'Ares. Elle a environ 150 mètres de long et elle est à proximité d'une zone urbaine. D'accès difficile, elle est isolée, en milieu rural. Avec un climat doux, elle est venteuse et elle a des vagues moyennes. Elle est idéale pour nager, pour faire de la plongée et pour profiter de l'eau et du soleil dans un endroit vierge et calme.

■ Plage de Centeás

43° 25' 11.2" N - 8° 14' 48.6" W

Description: petite plage rectiligne, de 80 mètres de long, de sable blanc, isolée, d'accès difficile et située dans un endroit presque vierge. Avec un climat doux et aux eaux calmes, elle est idéale pour nager et profiter du soleil.



Redes (Ares)

■ Plage d'Ares

43° 25' 26.6" N - 8° 14' 41.0" W

Description: plage en forme de coquillage, avec une étendue de sable de 1250 mètres et une promenade au bord de la mer. Elle est située dans la baie d'Ares, en milieu urbain, entourée d'arbres et avec une aire de pique-nique à proximité. Le climat est doux et la plage est venteuse, aux eaux calmes, idéale pour faire de la voile, de la planche à voile et d'autres sports nautiques, comme la plongée. Portuaire, elle a une zone de mouillage pour les embarcations et une promenade au bord de la mer pour se promener dans le centre-ville. Elle est idéale pour la baignade et pour profiter de l'eau et du soleil dans un environnement calme.

Caractéristiques:

- Parking / Accessible en bus.
- Douches / W.C.
- Poubelles.
- Restaurations et logement à proximité.
- Poste de secours.
- Service de nettoyage.

■ Plage de Seselle

43° 25' 42.8" N - 8° 13' 31.7" W

Description: plage de 950 mètres de longueur, en forme de coquillage, de sable blond. Elle est située dans la baie d'Ares, en milieu semi-urbain. Son climat est doux. C'est une plage venteuse, avec des vagues modérées, idéale pour faire de la voile, de la planche à voile et d'autres sports nautiques, comme la plongée. C'est un bon endroit pour naviguer, avec une zone de mouillage pour les embarcations. Locations nautiques. Elle est idéale pour nager et profiter du soleil dans un environnement calme et peu surpeuplé.

Caractéristiques:

- Parking / Accessible en bus.
- Douches.
- Restaurations à proximité.
- Service de nettoyage.
- Poste de secours.

■ Plage d'O Raso

43° 25' 31.3" N - 8° 13' 10.3" W

Description: plage rectiligne, de sable blond épais, située dans la baie d'Ares. En milieu semi-urbain, elle a 850 mètres de longueur et elle est entourée d'arbres. Orientée vers le sud, elle a un climat doux; elle est venteuse, avec des vagues moyennes. Idéale pour faire de la voile et d'autres sports nautiques, comme la plongée. C'est un bon endroit pour naviguer, avec une zone de mouillage pour les embarcations. Locations nautiques et du pédalo. Elle est idéale pour nager et profiter de l'eau et du soleil dans un environnement calme.

Caractéristiques:

- Parking.
- Accessible en bus.
- Camping à proximité.
- Poste de secours.
- Douches.
- Restaurations à proximité.
- Service de nettoyage.

■ Plage de Sabadelle

43° 25' 16.3" N - 8° 12' 32.8" W

Description: plage en forme de coquillage, de 150 mètres de longueur. De sable blond épais, elle est située dans la baie d'Ares. D'accès difficile, elle est isolée et vierge. Son climat est doux. C'est une plage venteuse et aux eaux calmes, idéale pour nager et pour profiter de l'eau et du soleil dans un endroit vierge et calme.



Cabanas



Sopazos (Pontedeume)



■ Plage de Area Morta

43° 25' 29.8" N - 8° 12' 07.0" W

Description: plage en forme de coquillage, de 210 mètres de long. Située en milieu semi-urbain, dans la baie d'Ares. Elle est proche de la plage de Redes et de son pittoresque porto, l'un des plus charmants du littoral galicien en raison de ses paysages. De sable blond et au climat doux, elle est venteuse et aux eaux calmes. Elle est idéale pour nager et profiter de l'eau et du soleil dans un environnement peu surpeuplé.

CABANAS

■ Plage de Chamoso

43° 25' 17.5" N - 8° 10' 47.4" W

Description: plage de sable blanc et aux eaux calmes située dans une zone de falaises. Elle est accessible par un chemin en face de l'église de San Martín do Porto. Plage sans fumée.

■ Plage d'A Magdalena

43° 24' 37.8" N - 8° 10' 19.1" W

Description: plage de sable blanc et aux eaux calmes et peu venteuse. Idéale pour jouir du soleil, de la baignade et des sports nautiques. Située dans une zone semi-urbaine, elle mesure 1.100 mètres de longueur par 50 mètres de largeur moyenne et sa pinède est vaste et singulière. Elle offre de nombreux services: douches, toilettes publiques, établissements hôteliers et restaurants, poste de secours, accessibilité pour chaises amphibies, vaste parking, wifi, service bus et trains et sports nautiques.

L'espace de loisirs d'O Areal

L'espace de loisirs est situé à l'entrée de Cabanas, il sert d'accès à la plage et à la pinède d'A Magdalena qui abrite une zone de loisirs pour tous les âges. Dans cet ample espace vert, se trouve une aire de jeux pour enfants, un circuit de santé, un terrain de basket et une piste cyclable pour enfants offrant une grande variété d'activités à combiner avec le repos à l'ombre des arbres. L'Office de tourisme de Cabanas et une zone wifi complètent l'offre de cet espace. Depuis la capitale de la commune, prenez la route N-651. Au rondpoint, tournez à droite en suivant les indications vers la plage: l'espace de loisirs est aux alentours de la plage.

Accessibilité (environs) voiture, bus ou à pied. **Ressource:** à pied.

PONTEDEUME

■ Plage de Sopazos

43° 24' 41.9" N - 8° 10' 29.1" W

Description: petite plage rectiligne en milieu urbain. De sable blanc et fin, elle fait 30 mètres de long. Abrisée du vent, aux eaux calmes, elle ne présente aucun danger. Elle est idéale pour profiter du soleil, de la baignade et des sports nautiques (natation, plongée sous-marine, pêche...). Située aux environs du quai de Pontedeume, c'est une zone de mouillage pour les embarcations. Ne manquez pas cette occasion magnifique pour profiter de la plage mais aussi pour connaître la ville des Andrade (famille féodale du XIVe siècle), dont le témoignage reste vivant au château et à la Torre da Homenaxe. Au bout du quai, presque sous le pont du chemin de fer, il s'agit de la seule plage située à l'intérieur du



Ber (Pontedeume)

Lac d'As Pontes

périmètre du centre-ville proprement dit. Elle est aménagée avec des douches d'eau douce.

■ Crique de Centroña

43° 24' 37.8" N - 8° 11' 40.8" W

Description: plage rectiligne de 50 mètres, en milieu semi-urbain, de sable blond et fin. Abrisée du vent, ses eaux calmes ne présentent aucun danger. Elle est idéale pour profiter du soleil, de la baignade et des sports nautiques (natation, plongée sousmarine, pêche...). C'est une zone de mouillage pour les embarcations et elle est aussi connue sous le nom de plage de Portiño. Elle est située à Centroña, à environ deux kilomètres de Pontedeume si l'on emprunte la route du littoral. Elle forme une série de criques, très petites à marée haute.

■ Plage de Sartaxes

43° 24' 31.8" N - 8° 12' 14.2" W

Description: plage abritée de 160 mètres de long et de sable fin.

■ Plage de Ber

43° 23' 51.3" N - 8° 12' 41.5" W

Description: plage rectiligne en milieu semi-urbain. Elle a 150 mètres de sable épais et blanc. Abrisée du vent, ses eaux calmes ne présentent aucun danger. Elle est idéale pour profiter du soleil et de la baignade. C'est une zone de mouillage pour les embarcations. D'accès facile, elle a des douches et un camping à proximité.

■ Crique de Paredes

43° 23' 27.3" N - 8° 13' 03.2" W

Description: plage abritée de 100 mètres de long et de sable fin.

■ Crique de Cido

43° 23' 23.5" N - 8° 13' 07.0" W

Description: plage de galets abritée et de 60 mètres de long.

■ Plage de Ínsua

43° 23' 07.8" N - 8° 13' 13.4" W

Description: plage rectiligne de sable blanc et fin. En milieu rural, elle est abritée du vent et ses eaux calmes ne présentent aucun danger. Plage nudiste. Elle est idéale pour profiter du soleil, de la baignade et des sports nautiques (natation, plongée sousmarine, pêche...). Zone de mouillage pour les embarcations. Parfaite pour les naturistes et les nudistes.













AS PONTES






■ Plage du Lac d'As Pontes

43° 27' 13" N - 7° 52' 1" W

Description: cette plage est placée dans le lac artificiel le plus grand d'Europe. Ancienne mine de charbon à ciel ouvert transformée en lac en 2012. La plage de 400 mètres comprend des services de nettoyage et un poste de secours et elle est apte pour la pratique de sports nautique. Il y a deux îles sur le lac, l'une d'elle est réservée aux observations ornithologiques et l'autre à la conservation de la flore arboricole de la Galice. Le lac d'As Pontes est contourné par une piste de randonnées/cyclisme. Au long de la Senda da Memoria, nous découvrons le patrimoine naturel et l'histoire vivante de la commune d'As Pontes et de sa mine.



-  **Información**
Information
-  **Vista panorámica**
Panoramic view
-  **Área recreativa**
Recreational area
-  **Portal das Fragas do Eume**
Fragas do Eume access
-  **Conxunto singular**
Singular ensemble
-  **Centro histórico**
Historic centre
-  **Castelo**
Castle
-  **Faro**
Lighthouse
-  **Santo André de Teixido**
San Andrés de Teixido
-  **Mosteiro**
Monastery
-  **Museo**
Museum
-  **Área de autocaravanas**
Area of motorhomes

-  **Porto deportivo**
Puerto deportivo
Marina
-  **Surf**
Surf
-  **Parque natural**
Parque natural
Natural park
-  **Espazo Natural - ZEC**
Espacio Natural - ZEC
Natural space - SAC
-  **Camiño de Santiago [inglés]**
Camino de Santiago [inglés]
Way of St James
-  **Camiño Santo André de Teixido**
Camino San Andrés de Teixido
Way of St Andrés de Teixido