



IRUNGO MENDIZALEAK

GALIZIAKO KOSTA TREKINGA

PROGRAMA

2017ko URRIAREN 7tik 16ra

Hilak 7 – Irteera.....	Hondarribitik.....9:00etan
	Gurutze Gorritik.....9:15ean
	Irundik.....9:30ean
	Landetxa - Kateatik.....9:40ean
	Donostiatik (Antzinako bus geltokia),10:00etan
Los Tánagosetik.....	13:00etan
Bi ordu bazkaltzeko (12 €-ko menua aukeran, idazkaritzan ordaindu. Epea 9/28)	
Irteera Los Tánagosetik	15:00etan
Hotelera iristea	18:30ean
 Afarien ordutegia.....	20:30ean
Gosarien ordutegia.....	7:15ean

OHAR GARRANTZITSUA: Maletak autobuseko maletategian sartu ondoren, itxi egingo da, hotelera heldu arte. (*Ohartarazpen honek itzulerako ere balio du*)
Bidaiarako beharrezko guztia norberak igoko du bere eserlekura, baita NAN agiria ere.

Hilak 16 – Itzulerako bidaia

Gosaria.....	8:00etan
Maletak kargatzen hastea	8:45ean
Autobusaren irteera.....	9:00etan
Los Tánagos (nahitaezko geldialdia).....	12:30ean
Bi ordu bazkaltzeko (Menua aukeran. Galizian planteatuko dugu)	
Irteera Los Tánagosetik	14:30ean
Irunera iristea	18:00

ETAPAK

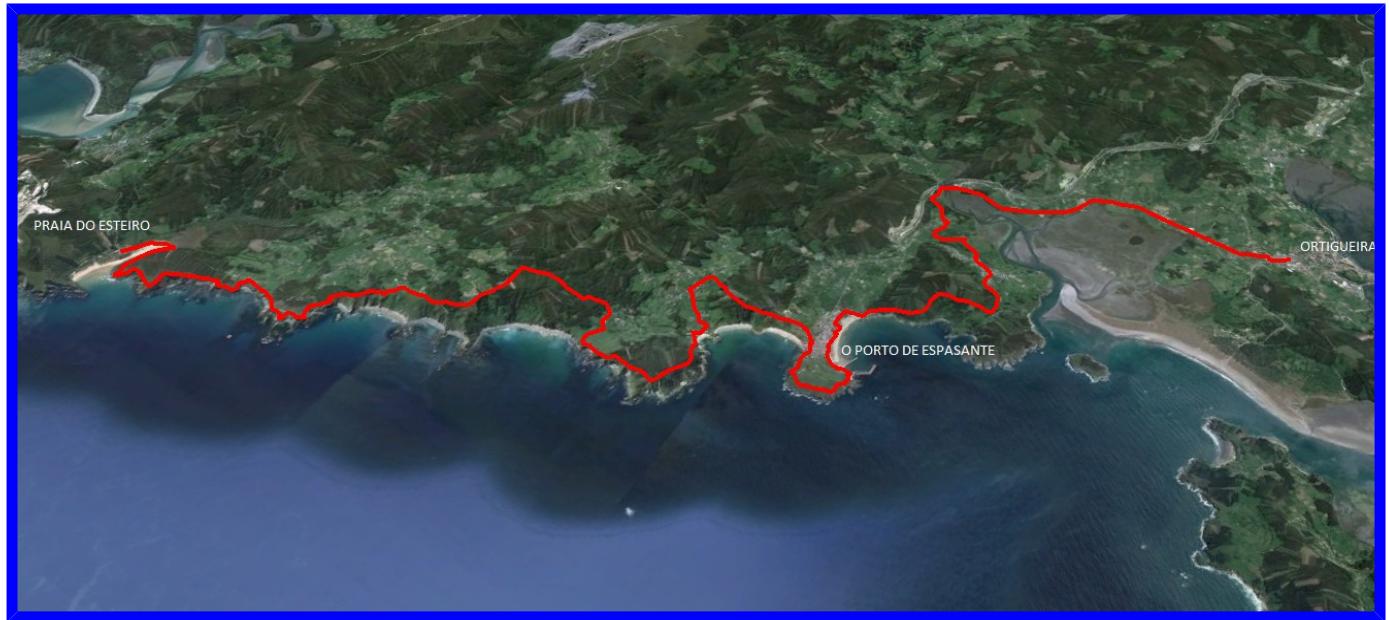
Hilak 8 - 50. etapa: Praia do Esteiro (Mogor) - Ortigueira

22,8 km-ko etapa. Desnibela: + 670 / - 650

Etapa laburra egiteko aukera; 14,3 km. Desnibela: + 467 / - 464

Etapa Ortigueirako tren-geltokian bukatzen da; denbora librea emango da.

Alde hartan, zenbait taberna daude. Kai gunea 700 bat metrora dago.



Hilak 9 – 51. etapa: Ortigueira - Praia de Fornos (Cariño)

21,2 km-ko etapa. Desnibela: + 542 / - 548

Etapa laburra egiteko aukera; 12,9 km. Desnibela: + 250 / - 268

Fornoseko hondartza landa eremu isolatuan dagoenez; arropa aldatzen dugunean, Cariñora hurbilduko gara herrian zehar ibiltzeko.



Hilak 10 – 52. etapa: Praia de Fornos (Cariño) - San Andres de Teixido

Etapa nahiko gogorra da, desnibela: +1300 / -1140, eta 25,9 km.

Beste hiru aukera ditugu etapa ofiziala egin nahi ez dutenentzat.

A – Irteera Fornoseko hondartzatik Vixía de Harbeiraraino; desnibela: + 1280 / - 700, eta 21,6 km.

B – Irteera Cariñotik Vixía de Herbeiraraino, Monte do Limoko amildegiak utziz eta errepidetik joanez.

Desnibela: + 930 / - 350, eta 14,7 km.

C – Irteera Fornoseko hondartzatik eta Cariñon, B aukera hartza.

San Andres de Teixidon gaudela, herria bisitatzeko denbora edukiko dugu.



Hilak 11 – 53. etapa: San Andres de Teixido - Cedeira

18,1 km-ko etapa. Desnibela: + 833 / - 987

Ez dago etapa motzagoa egiteko aukerarik.

Etapa Cedeiran amaitzen denean, herria bisitatzeko denbora edukiko dugu.



Hilak 12 – 54. etapa: Cedeira - O Rodo (Valdoviño)

20 km-ko etapa. Desnibela: + 800 / - 773

Etapa laburra egiteko aukera; 13,7 km. Desnibela: + 667 / - 600

Etaparen amaieran ez dago etxerik. Arropa aldatzen dugunean hotelera joango gara.



Hilak 13 - 57. etapa: Outeiro (Doniños) - Ferrol (54. etapatik 57. etapara jauzi egingo dugu)

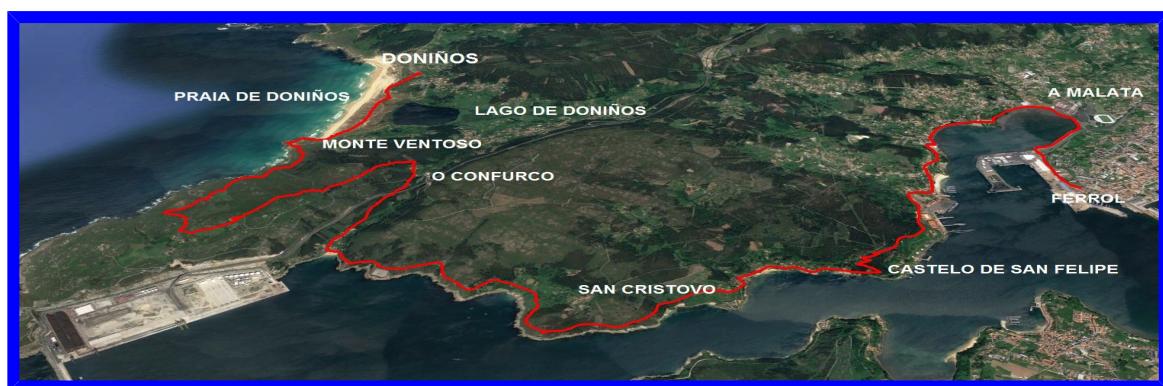
Hotelera itzultzeko autobus zerbitzurik ez da egongo. Gidariaren nahitaezko deskantsua dela eta.

21,5 km-ko etapa. Desnibela: + 690 / - 684

Ez dago etapa motzagoa egiteko aukerarik.

Praza de Galician amaitzen da etapa, alegia Ferroleko erdialdean.

Hiria bisitatzeako aukera izango dugu eta gutako norbaitek hotelera joan nahi duenean, autobus bat hartu ahalko du. Toki horretatik, hotelaren ingurutik pasatzen diren maiztasun handiko linea batzuk ibiltzen dira. (Lineak: 1-2 / 1B / 7)



Hilak 14 – 55. etapa: O Rodo (Valdoviño) - Raxón (Cobas)

26,6 km-ko etapa luzea. Desnibela: + 994 / - 948

Etapa laburra egiteko aukera; 13,6 km. Desnibela: + 320 / - 343

Toalla eramatea komeni da, baliteke hondartzza eremuan oinutsik ibili behar izatea eta.

Etapa interes handirik gabeko herri gune batean amaituko dugu. Arropa aldatzen dugunean hotelera joango gara.



Hilak 15 - 56. etapa: Raxón (Cobas) - Outeiro (Doñinos)

21,9 km-ko etapa. Desnibela: +495 / -559.

Etapa laburra egiteko aukera; 13,5 km. Desnibela: + 313 / - 366

Auto eta autobusen aparkaleku handia batean amaituko dugu etapa. Denbora luzea emango da hondartzara eta inguruan dagoen taberna-jatetxe batera joateko.

Abian jartzen garenean hotelera joango gara.



**OHARRA: PROGRAMA HONETAN ALDAKETAK GERTA DAITEZKE
ABAGUNEAK DIRELA ETA HALA EGITEA BEHARREZKOA BADA**

