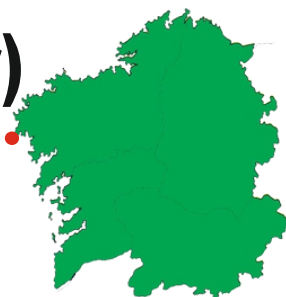




# COSTA DE FISTERRA (exterior)

## Da praia do Rostro ao Cabo Fisterra

Adela Leiro, Mon Daporta  
xuño 2020



**Distancia:** 15 km (lineal)  
**Dificultade:** alta

O concello de Fisterra ocupa un saínte de relevo irregular entre a ría de Corcubiión e a Costa da Morte, onde os montes caen sobre o mar en grandes desniveis (O Facho, 241m, O Veladoiro, con 234 m). É un concello de importantes valores naturais e culturais, rico en vestixios históricos e arqueolóxicos desde tempos prehistóricos e moi ligada ás tradicións relacionadas coas rutas xacobeas.

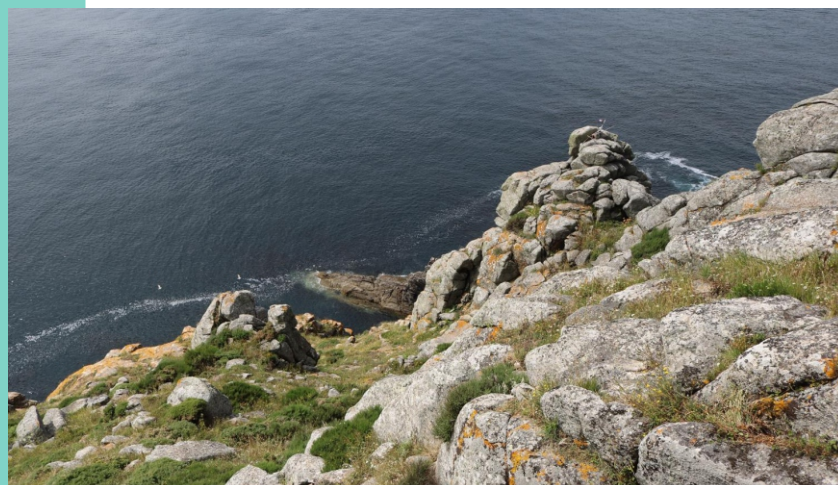
A costa exterior está protexida no LIC/ZEC "Costa da Morte". Nela podemos atopar grandes tramos ocupados por cantís, illotes e baixos, e algunhas praias con bos sistemas dunares onde dominan os ventos e a ondata.

### PERCORRIDO

Nesta camiñada aproveitamos, parte, o último tramo do camiño dos faros

Saímos da punta norte da **praia do Rostro** para percorrela todo ao longo e subir logo á **punta do Rostro** onde comeza o percorrido pola beira dos cantís das **Pedras Manchadas** un tramo case dereito con poucos detalles que vai gañando altura para levarnos á **punta do Castelo**, un promontorio coroado por un castro, do que se poden apreciar os distintos niveis das terrazas defensivas, e cunhas caídas verticais de máis de 70 m de altura que ten ao seu pé outro alto das mesmas características. A partir de aquí temos outro tramo con varios pequenos seos con coídos e furnas e un illote case unido a terra, o **Gavoteiro**, antes de chegar á vista da praia da Arnela e ao camiño polo que subimos á estrada de Denle pola beira da que temos que camiñar un anaco ata chegar á baixada pola que se accede á **praia da Arnela**, que parece recollida no fondo do seu seo pero con carteis que avisan da súa perigosidade.

Case na mesma estrada e no acceso á praia o camiño da ruta segue con escaso desnivel ata a **punta da Arnela**, onde remata, para converterse en carreiro que nuns poucos metros gaña case outros 50 m de altura e agora, xa no nivel dos 100 m, pasamos por enriba da **illa do Vilar**, do seo que se forma entre ela e a **punta do Sul**. Neste tramo o carreiro aínda que segue a gañar altura faino de xeito moi moderado porque aproveita o tendido dunha tubaxe ata que, chegando á altura do **rego da Croa**, sube para levarnos aos 150 m de altura desde o mar e incorporarnos a un camiño polo que sen deixar de subir chegamos ao **cume do Veladoiro** que ten por debaixo o **cabo da Nave** e os seus **Berróns**. Ao pouco de entrar no camiño hai unha pequena baixada a unha punta desde a que se aprecia ben a altura, o relevo e a estrutura do cabo.





Rodeando o peche das antenas, pola banda do mar, incorporámonos á estrada de acceso ás mesmas pola que baixamos ata a curva na que conflúen varios camiños, un á dereita que baixa ao cantil, outro á esquerda que se achega a lugares do interior, e entre eles un terceiro no que hai uns indicadores artesanais de ruta de Mar de Fóra, que é o que temos que seguir, e por el, collendo os desvíos que máis se achegan ao cantil imos, pola beira dos piñeirais ata unha baixada longa e pina que nos deixa ao pé da fonte de Ouro, na **praia de Mar de Fóra**.

A praia de Mar de Fóra é o último punto no que estaremos ao nivel do mar e despois de percorrela temos que ir ao acceso pola pasarela de madeira e, collendo os desvíos á dereita, subir ata o lugar da Ínsua e alí outra volta á dereita para, polo camiño vello, empedrado nalgúns dos puntos de máis pendente, continuar a subir ata acadar unha das pistas que percorren ao longo o monte e pola propia pista seguimos ata atopar un desvío á dereita, non o primeiro que, aínda que vai máis preto do mar, é un camiño abandonado polo que non transita ninguén desde hai tempo e que, ademais de non mellorar nada o que podemos ver, retrasaríanos moito a marcha, senón o seguinte que, baixando pouco a pouco, nos vai achegar á **punta dos Oídos**, fermoso punto panorámico e cantís cuns 70 m de caída vertical. Na punta dos Oídos comeza a derradeira dificultade do tramo, subir dos 50 a máis de 200 m en pouco máis de 700 m de camiñada. Ao chegar ao alto, na estrada asfaltada podemos facer un desvío á esquerda para achegarnos ao cume do **monte Facho** onde podemos gozar dunhas fermosas panorámicas e ver as pedras Santas. De volta baixamos dos 220 aos 100 da altura do **faro** pola beira da estrada.

No faro rematamos a camiñada, o camiño dos Faros e o noso particular percorrido a pé pola costa de Galiza.



*Silene littorea*



O topónimo Costa da Morte ven dos numerosos naufraxios que tiveron lugar nas súas augas.

O **LIC Costa da Morte** comprende o litoral coruñés desde Cabo Fisterra (Laxe de Corveiro) ata Arteixo (punta da Cancela), agás a maior parte da ría de Camariñas e as zonas próximas á áreas urbanas

Acolle zonas cun elevado grao de conservación dos valores naturais e dun grande interese paisaxístico, xeolóxico e cultural.



Praia do Rostro. Un areal de 2 km de lonxitude cun extenso cordón de dunas fixadas por unha das vexetacións psamófilas mellor conservadas de Galiza. É unha praia moi exposta na que tiveron lugar varios naufraxios (Turret, en 1900, Casón, en 1987...)

Conta a lenda que debaixo das dunas da praia do Rostro está enterrada a mítica cidade de Dugium que foi arrasada por unha enorme onda nunha noite de temporal.

En diferentes excavacións arqueolóxicas na zona atopáronse restos prehistóricos e romanos.



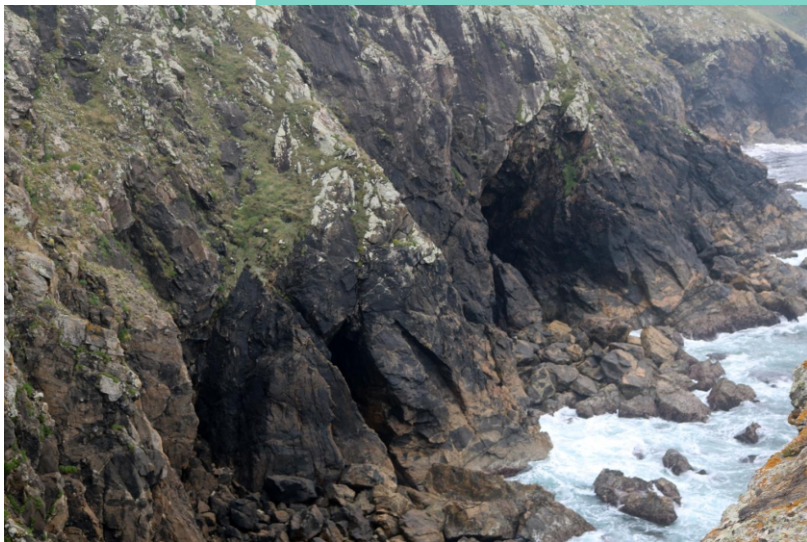




Punta do Rostro



Pedras Manchadas



Castro de Castromiñán



Punta do Castelo





O Gaivoteiro



Praia da Arnela



Punta Arnela/A Robaleira



Illa do Vilar



Punta Longa na Illa do Vilar

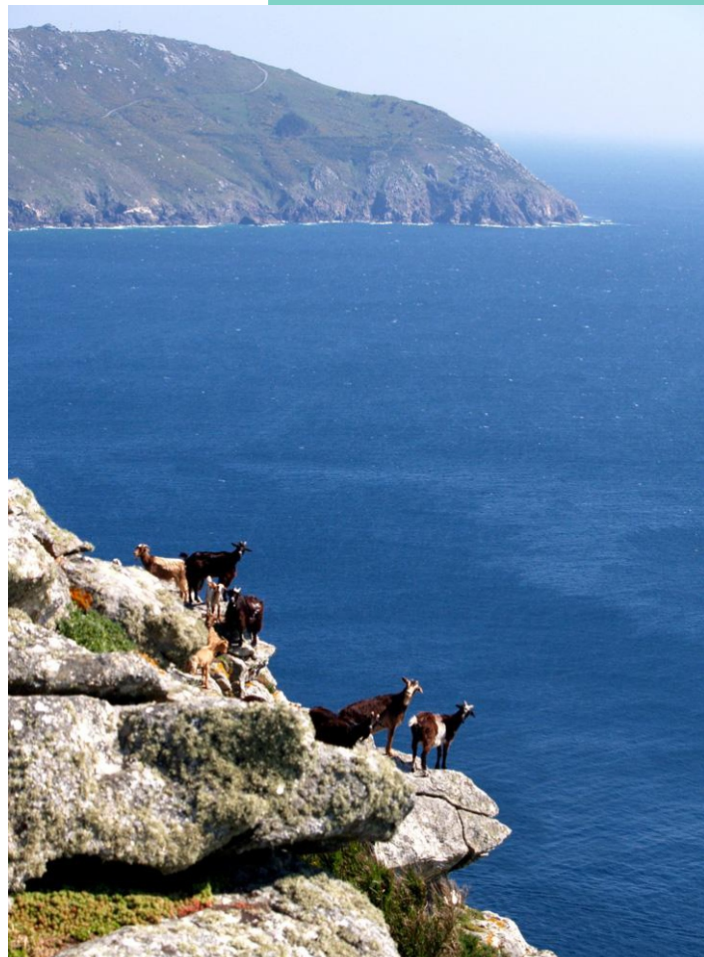


Punta do Sul e O Berrón





Cabo da Nave, Situado na caída do monte Veladoiro (243 m). Remata nun grupo de penedos entre os que destaca o Berrón da Nave.



Percebes (*Pollicipes pollicipes*). Rochas e augas limpas, ben batidas e oxixenadas, que non faltan en toda a fachada ao mar aberto da costa desta comarca, son o habitat ideal para o desenvolvemento dos percebes, que sosteñen, á súa vez, a economía de moitas persoas da zona.

Nos cantís de Fisterra sacan proveito, desde o mar, os percebeiros, e desde a terra as cabras.





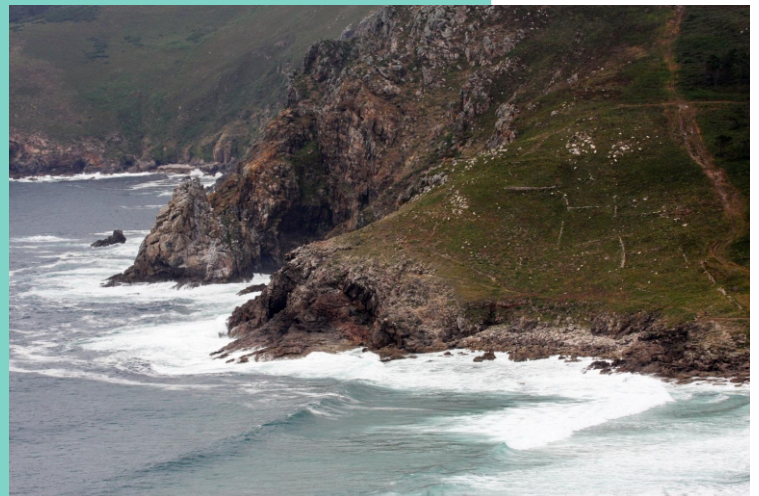
Cabo da Nave



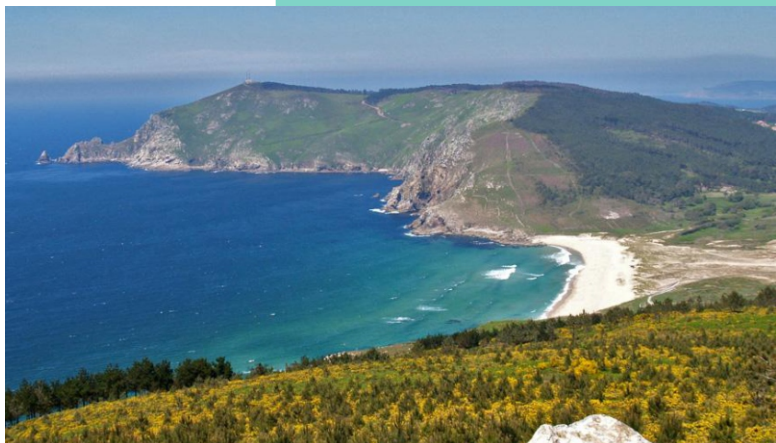
As Corticeiras



Punta e Costado da Gaivoteira



Punta Unlla de Ferro



Praia do Mar de Fóra cos montes Pión, Pedregal e Veladoiro (cabo da Nave)

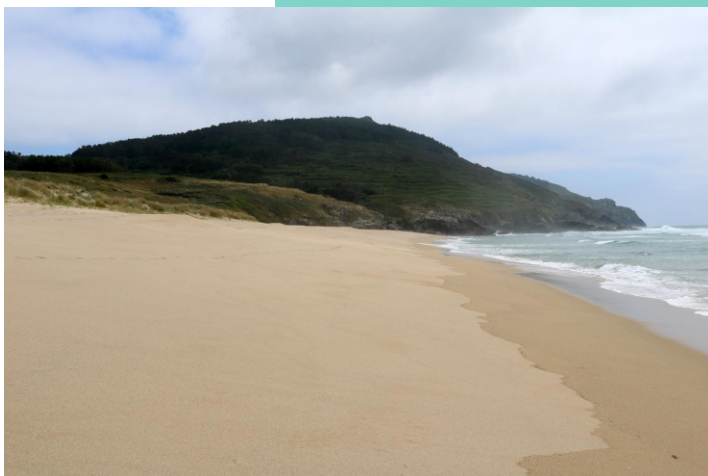


Praia do Mar de Fóra. Un areal de 600 m, moi exposto e cun bo sistema dunas. Sitúase na parte máis estreita da península de Fisterra entre as puntas Unlla de Ferro e Alba do Sul.

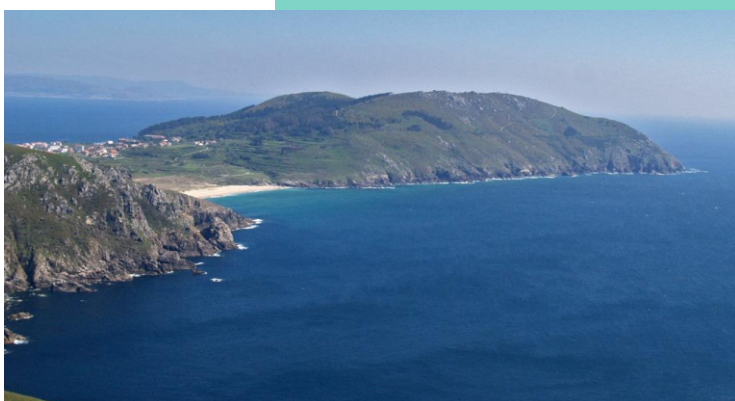




Vista desde o cume do monte Facho, á dereita a enseada de Fisterra, coa vila e o porto; á esquerda a praia de Mar de Fóra, as puntas Unlla de Ferro e Gaivoteiro e o Cabo da Nave.



Punta dos Abeláns



Península de Fisterra desde o Monte Veladoiro

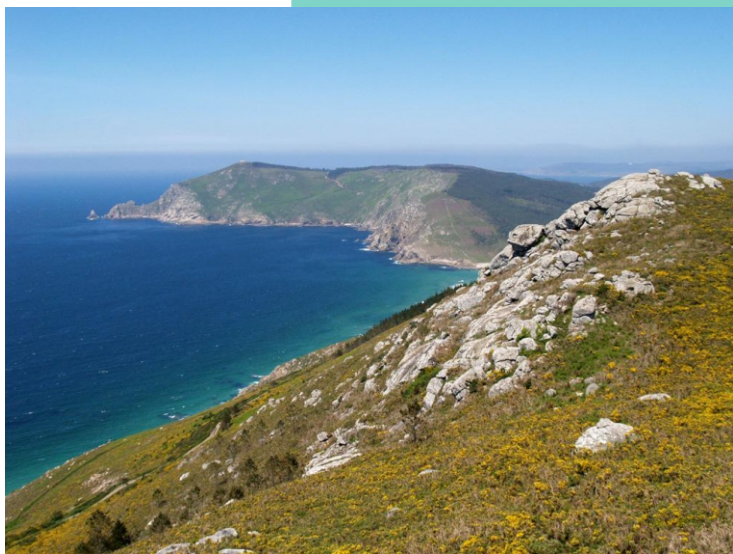


Puntas Alba do Sur, A Salgueira e A Regata.





Furna e punta dos Oídos



Monte Facho



Pedras no Monte Facho

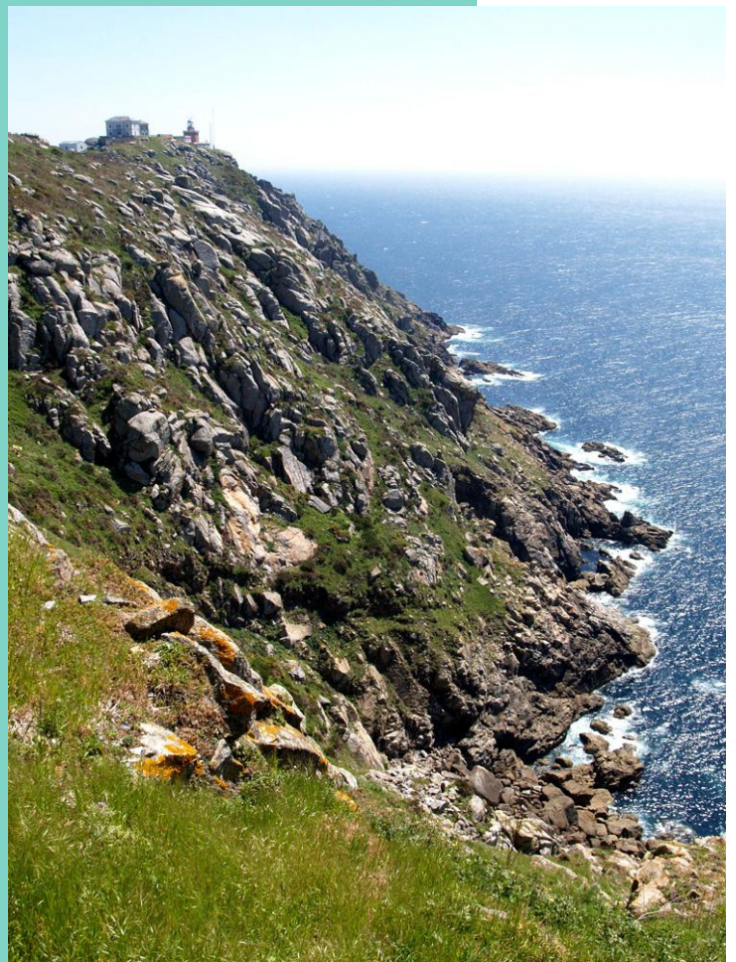


Illote O Centolo





Petón do Inglés



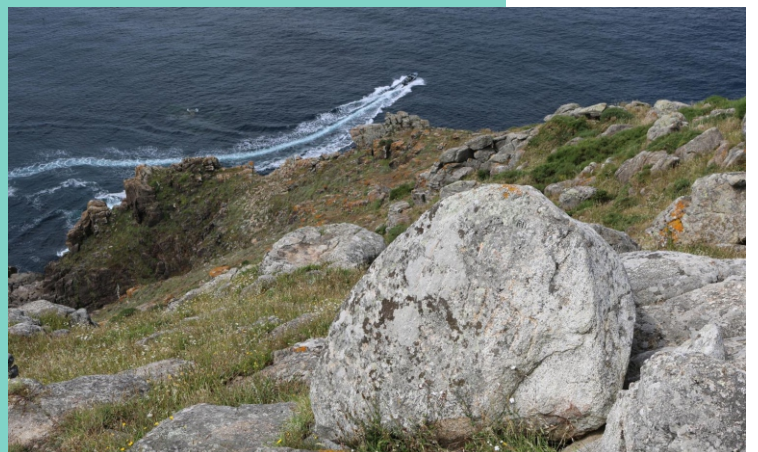
Punta da Xestosa



**Cabo Fisterra.** Atópase no extremo sur dunha península co punto máis alto no Monte Facho (241 m). É o límite sur da Costa da Morte. Está formado por granito rosa con grandes cristais de feldespatos



Faro de Fisterra, construído en 1853, elévase a 138 m sobre o nivel do mar



Os Cachés, na punta do Cabo





O **Cabo Fisterra** foi chamado polos romanos “Promontorium Nerium”. Segundo a tradición en Fisterra estaba a mítica cidade dos Nerios (fundadores desta comarca). No século II os romanos, encabezados por Décimo Junio Bruto, chegaron a Fisterra (deles procede o nome de *Finis Terrae*).

A estreita relación de Fisterra co culto xacobeo é moi antiga, no século XI aparece citada a Cidade de Duio no Códex Calixtinus. Segundo a tradición por Duio (antiga Dugium) pasaron os discípulos do Apóstolo coa intención de soterrar os seus restos nos confíns do Occidente.

Na actualidade, a prolongación do Camiño ata A Costa da Morte é un ritual que seguen moitas persoas que desexan chegar ata o Finis Terrae e coñecer algunhas das paraxes máis impresionantes da costa europea occidental.



Herba de namorar  
(*Armeria maritima*)

