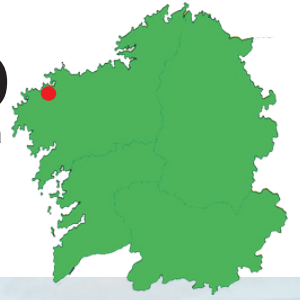




COSTA TRABA SOESTO

Adela Leiro, Mon Daporta



Distancia: 8 km
Dificultade: baixa
Duración: 4 horas



Unha ruta que percorre parte da costa do concello de Laxe, nunha das áreas de maior interese ecolóxico da Costa da Morte. Para gozar de vistas panorámicas, formacións rochosas e unha rica flora e fauna e, se está bo tempo, completalo cun día de praia. Se nos interesa ver aves a mellor época é o inverno. Para as plantas a primavera e o verán. Para camiñar, calquera época.

COMO CHEGAR:

Desde Vimianzo ou Laxe chégase a Traba e déixase o coche nun dos aparcamentos.

A ruta pódese facer en dúas partes:

- Percorrido pola lagoa e praia de Traba (circular)
- Traba-Soesto (lineal). Poderíase seguir o camiño ata a vila de Laxe (3 km máis) e aproveitar para coñecela. Vólvese pola mesma ruta ou búscase un transporte.



Vista da praia de Traba desde a punta de Arnao. Ao fondo Pena Forcada.



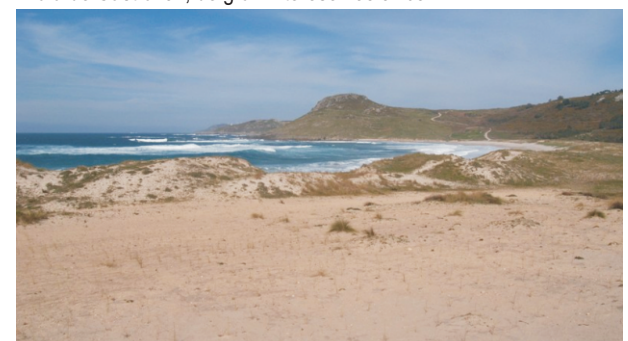
A praia de Traba, de 2.630 m de lonxitude conserva un amplo cordón de dunas fixadas pola vexetación.



Praia de Arnado



Praia de Castrallón, de gran interese xeolóxico



Praia de Soesto, de 860 m de lonxitude. Nela desemboca o rego do mesmo nome. Ten un sistema dunar moi ben conservado con dunas remontantes de considerable altura.



A lagoa de Traba está rodeada por unha densa vexetación acuática onde se refuxian as aves. Ocasionalmente visitana aves invernantes pouco comúns nas costas galegas: pilro americano, bilurico patiamarelo pequeno, gaivota chorona americana, gaivota de Bonaparte, carrán fosco, galiñola pinta, galiñola pequena, galiñola común, avetouro americano, escribenta das canaveiras, garza pequena, garza amarela, garza imperial, becacina escolopácea, mazarico mouro, pernileiro...

Vista da lagoa e praia de Traba, desde a Torre da Moa.



Bilurico bailón (*Actitis hypoleucos*), pequena limícola invernante e de paso en Galicia.



Spiranthes aestivalis, orquídea de pequenas flores dispostas en espiral arredor do talo que podemos atopar perto das lagoas da costa da morte



Chouas nas dunas de Soesto, un dos poucos lugares costeiros de Galicia onde se poden ver.