## 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Cicloturismo - 08 May 2018 17:38



Playa de Llas

GUÍA: Pili-Pruvia

SALIDA: sábado 30 de junio de 2018, 10.30 hrs. desde Parque del Puerto, Foz, Lugo.

**LLEGADA**: Foz (Puerto)

**DURACIÓN**: fin de semana

**DISTANCIA**: 87 km (50+37) km.

MAPA, PERFIL Y NIVEL DE DIFICULTAD SEGUN IBP INDEX: Consultar día 1. Consultar día 2.

TRACK GPX: Descargar track 1 . Descargar track 2 .

## Descripción de la ruta.

En esta ruta de fin de semana pedalearemos bordeando el litoral y disfrutando de una parte de la maravillosa **costa lucense**, también visitaremos la zona de **Sargadelos**, la basílica de **San Martín de Mondoñedo** 

(considerada la catedral más antigua de España), el

#### Castillo de Castrodouro

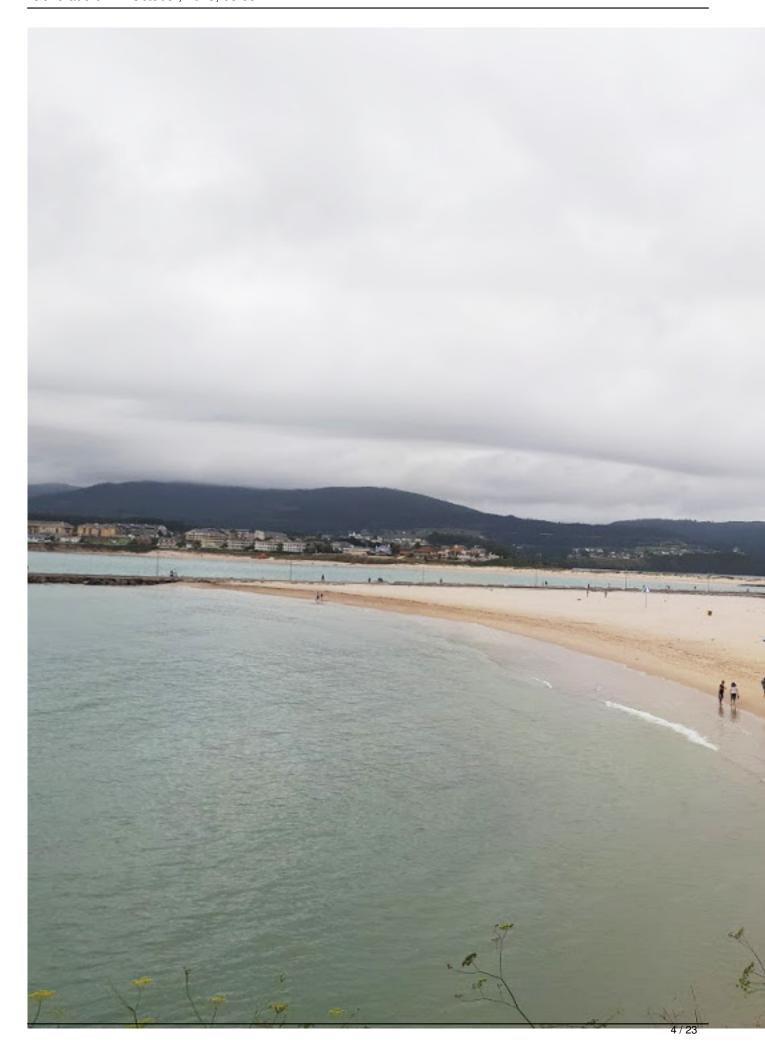
, y nos dejarnos seducir por lugares como

finca Galea

Ambos días partiremos de **Foz**, aprovechando la oportunidad de otro fin de semana para rodar, darnos un chapuzón, tomar unos ribeiros y como siempre echar unas buenas risas.

Primer día (sábado 30 de junio)

Saldremos del puerto de **Foz** siguiendo la ría en dirección a la playa de **La Rapadoira**, separada de la misma por el paseo del Espigón que lleva al Faro. El color del mar en la Mariña Lucense en contraste el color del cielo según el clima, nos ofrece una gama cromática que va desde el azul turquesa al verde esmeralda más intenso, cuanto más azul está el cielo, mas turquesa el agua y cuanto más negro y tormentoso, más intenso el verde esmeralda, una estampa de extraordinaria belleza, que a nadie deja indiferente.



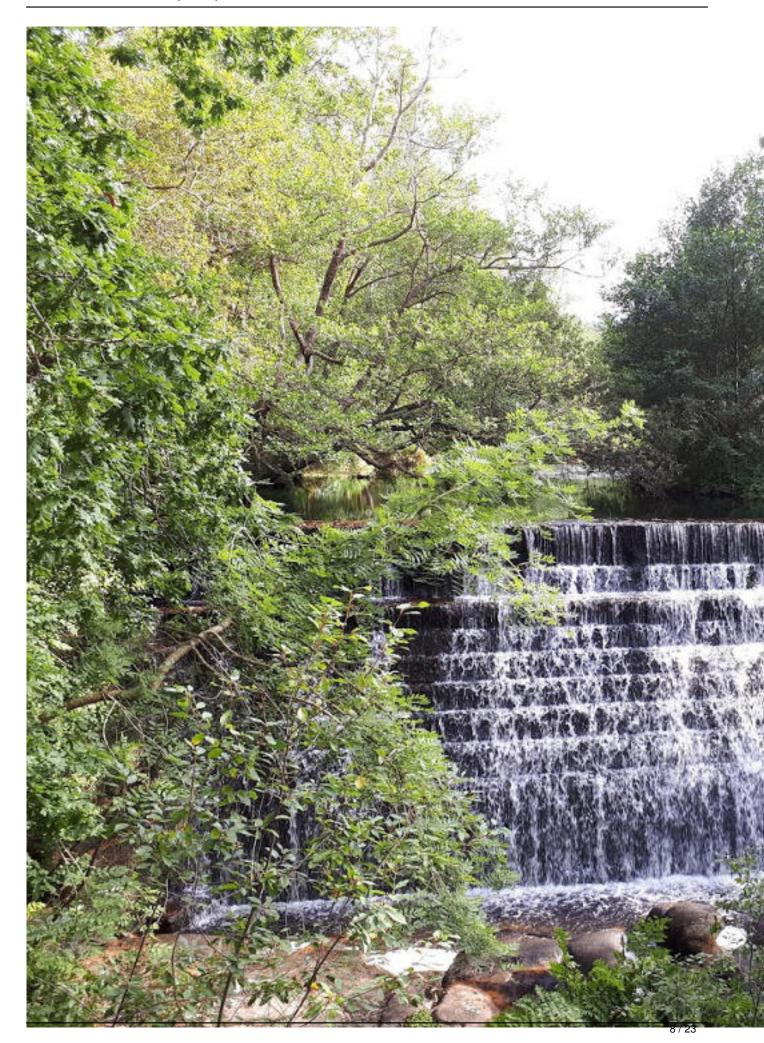
Generado el: 24 October, 2025, 08:53

Playa de Foz



Generado el: 24 October, 2025, 08:53

Senda por la costa





Generado el: 24 October, 2025, 08:53

Paseo dos namorados

La ruta discurrirá paralela a la costa, lo más cerca posible para disfrutarla, divisando al paso las playas de Llas, **Peizas, Pampillosa, y Arealonga**. Atravesaremos el río Ouro y nos dirigiremos hacia **Burela**, hasta llegar a la preciosa

#### playa de A Marosa

donde haremos un descanso. Retomaremos de nuevo el camino en dirección a **Sargadelos** 

, famosa por su fábrica de porcelana, y ya allí recorreremos el "Paseo dos Namorados".

Comeremos en esta zona. Como no hay bar tendremos que llevar la comida.

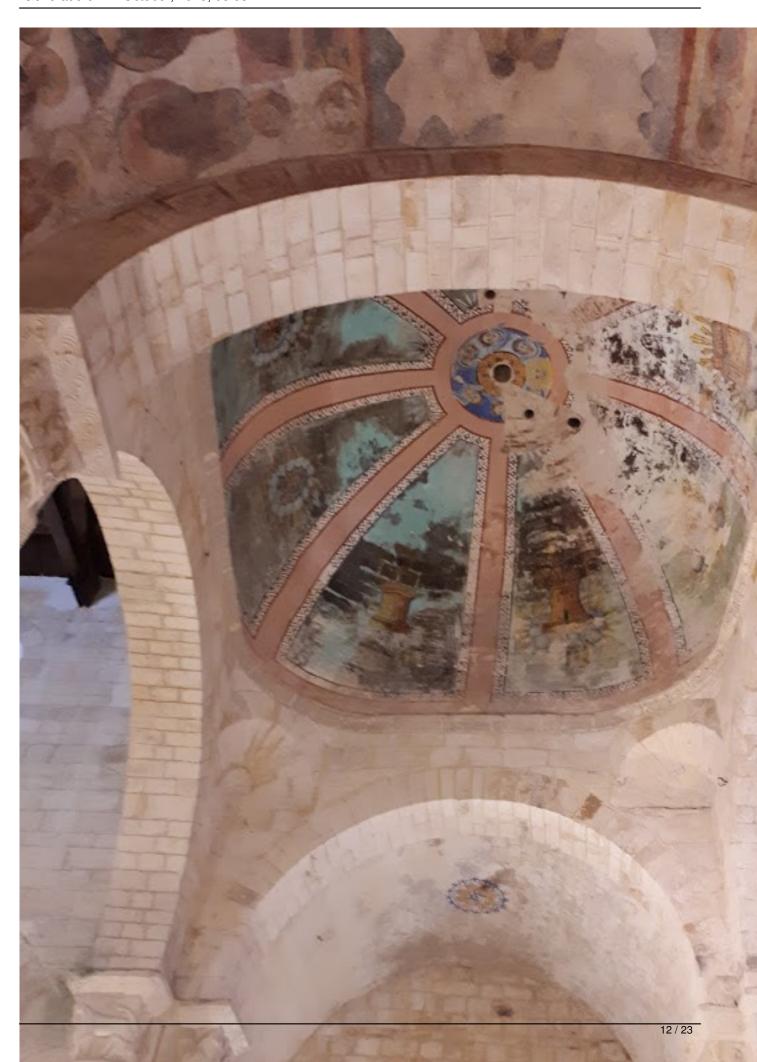
Volveremos con un poco de subida y por carreteras secundarias hasta **Burela** y seguiremos hacia el oeste para enlazar de nuevo con la senda en

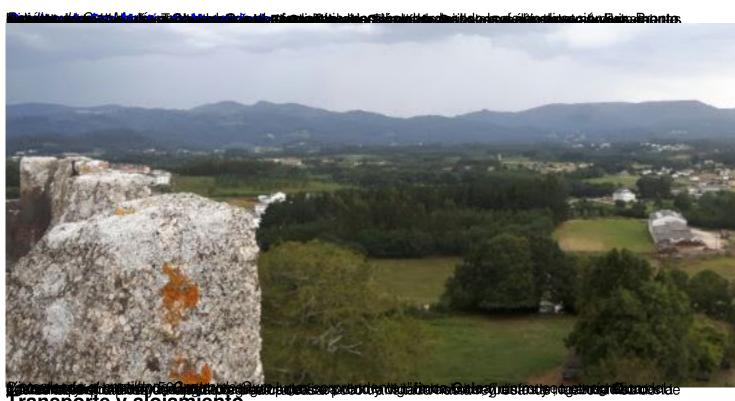
#### Cangas de Foz

donde compartiremos parte de la ruta costera de vuelta a Foz. De vuelta, valoraremos si queda tiempo para un baño.

Segundo día (domingo 1 de julio)







Transporte y alojamiento.

Para el transporte hasta el punto de partida se recomienda la utilización de vehículo propio. Estad atentos/as al foro para compartir coche. Desde Oviedo hasta Foz se tarda una hora y 40 minutos. Desde Gijón una hora y media aproximadamente.

Nada más entrar en Foz hay una desviación a la derecha que lleva directo al aparcamiento del puerto, allí se pude dejar el coche los dos días, la ruta sale a pocos metros de allí y el albergue está muy cerca.

Dado que ya estamos en temporada alta el alojamiento es escaso y caro en esta zona. Por lo que está reservada una planta completa del albergue ÁNCORA que está muy cerca del lugar donde se deja el coche y de donde sale la ruta. El precio son 18,50 euros por persona e incluye sábanas y toalla. La gestión la hace la guía. Los detalles se indican en el foro.

Por cuestiones logísticas la ruta está limitada a 35 personas.

Recordatorios, anotaciones y enlaces.

Generado el: 24 October, 2025, 08:53

- La ruta discurre principalmente por carretera pero se cruzan algún tramo de pista **no apta para** bici de carretera
- . Como siempre llevar la bici revisada.
  - Se recomienda llevar bañador, si el tiempo y el reloj nos lo permite, igual cae un bañito.
  - Hay que llevar comida para los dos días. Adquirirla antes o durante el trayecto.
  - Turismo Concello de foz.
  - Xunta de Galicia. Ría de Foz.

La inscripción en estas rutas cicloturistas y/o actividades englobadas en nuestro calendario supone la **a** ceptación de todas las condiciones

que se indican para poder realizarla. Viel conocimiento y aceptación de las "

Description de Exemelor de Respensabilidad de Ace (que armicio de la misma riapra que rimar, del "

procede). Estos documentos están disponibles y publicados en nuestra web oficial a través de dichos enlaces.

A la hora de apuntarnos, **indicaremos**: nombre y apellidos (requeridos para el seguro), si soy socio o no, y si vamos a coger el transporte indicado y dónde (por temas de organización).

<u>Leer Más</u>	
2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Ana-Gladys - 10 May 2018 09:37	
Ana Gladys	
Socia	
Transferencia hecha	
2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Ana-Gladys - 10 May 2018 09:39	

Generado el: 24 October, 2025, 08:53 Alberto Gomez León Se apunta a la ruta No socio Va por su cuenta Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 10 May 2018 12:06 De momento QUEDA CERRADO EL CUPO, quedan 3 personas en reserva de plaza que son : Pedro López, María José Fernández y Marta Monteserín, que se apuntaron con reserva de alberque pero no efectuaron el pago. SI HACEN HOY LA TRANSFERENCIA Y ME LA ENVIAN por wasap 607287622 los incluyo y a partir de este momento todo el que se apunte será en reserva. Recomiendo a los que se apuntaron con gestión de alojamiento por su cuenta, que no se demoren en hacer la reserva, cuanto más tarde menos sitios y más caro. No obstante yo no haré la entrega de la fianza hasta la semana del 28 de mayo, con lo que si alguno cambia de idea puede ponerse en contacto conmigo y estaríamos a tiempo de incluirlos en el albergue. Os adjunto la última versión de la lista Pili Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por fmjuanes - 10 May 2018 12:16 Hola Pili Creo que no has reparado en que se ha apuntado una persona no socia (y la has incluido dentro de las plazas garantizadas) y estamos dentro del plazo reservado para las personas socias. Saludos Paco Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por pelolo - 10 May 2018 12:41

Generado el: 24 October, 2025, 08:53 Hola Pili: Con fecha de hoy esta el ingreso.saludos Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por vicmartin - 10 May 2018 16:09 hola, nos apuntamos a la ruta (en reserva) Nieves Murias, socia Vicente Martínez, socio un saludo \_\_\_\_\_\_ Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 10 May 2018 20:52 Hola, es cierto Alberto Gómez no es socio, y no puede apuntarsehasta la semana que viene. Mañana lo corrijo y actualizo el cuadro. Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 11 May 2018 07:58 Esta es la última actualización: **VAN A LA RUTA:** Julio Activania Francisco Juanes Angeles O Eduardo Marián Dávila Pedro Alvarez Puri Rodriguez Rafa Fernandez

Foro ACB - Asturies ConBici Generado el: 24 October, 2025, 08:53 Beatriz Fredo Pili luis Jambrina Jose Isidro LUIS Manuel de la Roza isolina Braña Karina Peña Carmen Gomez Castro Angela Fernandez Corujo Carlos Xixonman Rafa Grrez. Ildefonso Diaz Carmen Fez

Marta Saenz

Vanessa Carballo

Alerto quiñones

Mercedes Rodriguez

Marina Parrondo

Clara María Suarez

Elena Cazón

Puri Torres

Guzmán Queipo

Antonio Zamora

Sara Gonzalez

Ana Gladys

Pedro López

Marta Monteserín

Generado el: 24 October, 2025, 08:53

#### **EN RESERVA LOS SIGUIENTES**

María José Fernandez
Nieves Murias
Vicente Martinez
un saludo
Pili
Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior
Este es el archivo
2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por guzo - 15 May 2018 06:47
Mayra Suárez
No socia
Saludos !
Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior
Una pregunta
Sobre el tema de la carne para los que no comen pescado ¿cuando se comunica? ¿hay otro menú o simplemente se comenta que son carnívoros?
Saludos

# Foro ACB - Asturies ConBici Generado el: 24 October, 2025, 08:53 Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 15 May 2018 13:48 Hola, los que tenéis plaza que no queráis los entrantes de pulpo y chipirones podéis decirlo ya, aunque no corre prisa. Me dijo la dueña que les va a sustituir por unos embutidos ibericos y igual alguna otra cosita. Pero no especificó. YA SE PUEDEN APUNTAR NO SOCIOS Añado a Mayra Suárez a la lista en reserva, Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 15 May 2018 16:20 Acabo de hablar con el Albergue, los que quieran reservar de viernes tienen sitio y pueden hacerlo si quieren directamente. \_\_\_\_\_\_ Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por fmjuanes - 15 May 2018 19:25 Gracias por la gestión Pili Saludos Paco 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por banosconbici - 18 May 2018 16:52

# Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior

Hola Pili , apúntame en Reserva me pilló el toro que rápido se apuntó la gente ... , Gonzalo, socio

Reserva 4- Mayra Suárez

Generado el: 24 October, 2025, 08:53 Reserva 5- Gonzalo El lunes actualizo el Excell. Un saludo Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Almu - 22 May 2018 09:46 Hola, soy nueva en esto y quisiera saber si me puedo apuntar solo para el domingo. Gracias Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Clara Mª - 22 May 2018 15:01 Hola Pili. Puri Torre se tiene que dar de baja de la excursión. Tengo que hacer un cambio de planes: Me apunto para los dos días. Tengo una reserva de habitación doble en Hotel Rego de Foz. Incluye desayuno y tienen para guardar bicis. Si puedo compartir la habitación con alguna conocida que me lo diga esta semana. También comparto coche y puedo llevar dos bicis. Salgo de Gijón.

Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 25 May 2018 14:14

Hola, yo había puesto un límite de 35 plazas para esta ruta, no había previsto que la gente se apuntase a un día solo siendo tan lejos, como se cubrió tan rápido permití que entrasen las primeras 36 personas y ese es el límite en este momento, **por lo que entra María José Fernández en la plaza de Puri**. (confírmame si vas al albergue y si es así, haz el ingreso porque el lunes voy a pagar la reserva)

**Clara**, te permito entrar el sábado porque había menos gente que el domingo, pero te ruego que mires los perfiles de la ruta, no es una ruta fácil y son 50 km. Tengo que hacerte esta recomendación en pos de personas que

Generado el: 24 October, 2025, 08:53

quedan en los cruces o cierran. Si tu consideras que estás en condiciones físicas de hacerla a un ritmo normal, estoy encantada que vengas pero sé consecuente con lo que te acabo de decir y con la decisión que tomes.

A partir de en este momento, solo pasarán a cubrir las vacantes aquellos que vayan los dos días. Almudena, te apunto en reserva pero solo para el caso que hubiese muchas bajas y el número final fuese inferior a 36. Espero que sepáis entender la complejidad que tiene organizar una salida de este tipo y comprendáis que hay que tomar decisiones o decir cosas que en ocasiones pueden herir, no es mi intención y os pido disculpas si eso sucede en algún momento. Un abrazo Pili. \_\_\_\_\_\_ Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Clara Mª - 25 May 2018 14:26 Tengo mirados los perfiles y puedo perfectamente, no te preocupes. Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por MPMARTIN - 31 May 2018 12:59 Aquí os dejo la ultima actualización, los que estáis en reserva para ruta completa decirme si en caso de entrar querríais alberque y cena. Es casi seguro que iréis, no conozco ninguna ruta que no haya alguna baja de ultima hora. Un saludo Pili

Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por Karina - 31 May 2018 13:29

Generado el: 24 October, 2025, 08:53

Н	_	ı _	<b>D</b> :	1:
н	$\boldsymbol{\Gamma}$	12	Ρī	

Revisando el archivo de Excel veo que Peña y yo no tenemos la marca en la casilla del pago (y ya lo he realizado), pero sí tenemos la plaza garantizada.

Es que no te ha llegado la transferencia? O al ponernos como plaza garantizada, no le hacemos caso a la casilla del pago?

Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior  Publicado por Urriellu - 31 May 2018 19:33
Hola Pili,
Dani Guardado - Socio
Me apunto de reserva para el fin de semana
Estaré atento al foro
Un saludo
Re: 2018/06/30y1: Mariña lucense y encantos del interior Publicado por vicmartin - 31 May 2018 21:13
hola Pili, nos apuntamos a la cena y no vamos a utilizar el albergue. Nos vemos en Foz!! <b>MPMARTIN escribió:</b>
Aquí os dejo la ultima actualización, los que estáis en reserva para ruta completa decirme si en caso de entrar querríais albergue y cena. Es casi seguro que iréis, no conozco ninguna ruta que no haya alguna baja de ultima hora.
Un saludo
Pili

Generado el: 24 October, 2025, 08:53