

## ASTURIAS OCCIDENTAL

### Los Oscos, La Senda Costera de Navia, la Playa de las Catedrales y Las Hoces del Esva

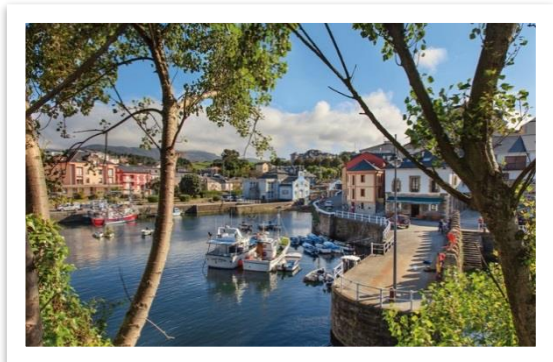


#### DIA 1º: LA CASCADA DE ONETA

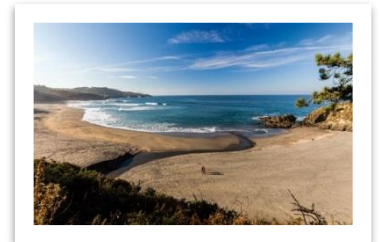
Saldremos a las 07:30 h de la Ronda de Atocha 12, con dirección a **Asturias**. Antes de llegar al hotel haremos una pequeña ruta para descubrir la **cascada de Oneta**. Caminaremos por un bonito valle hasta llegar a este bellissimo salto de agua de casi 40 metros situado en un solitario paraje y declarado **Monumento Natural**. Después nos trasladaremos a **Navia** donde estaremos alojados estos días.

2,5 km - Subida 100 m - Bajada 100 m - Nivel 2

#### DIA 2º: SENDERISMO POR LA COSTA NAVIEGA



Nos trasladaremos hasta la Costa para caminar junto al **Mar Cantábrico**. La ruta de este día discurre por los **acantilados de Navia**, con espectaculares vistas de la costa durante todo el recorrido. Pasaremos por la **Playa de Frejulfe**, declarada **Monumento Natural**, por pequeñas calas, verdes praderas... y llegaremos hasta la típica población de **Puerto de Vega**, declarado "pueblo ejemplar" en el año 1995.



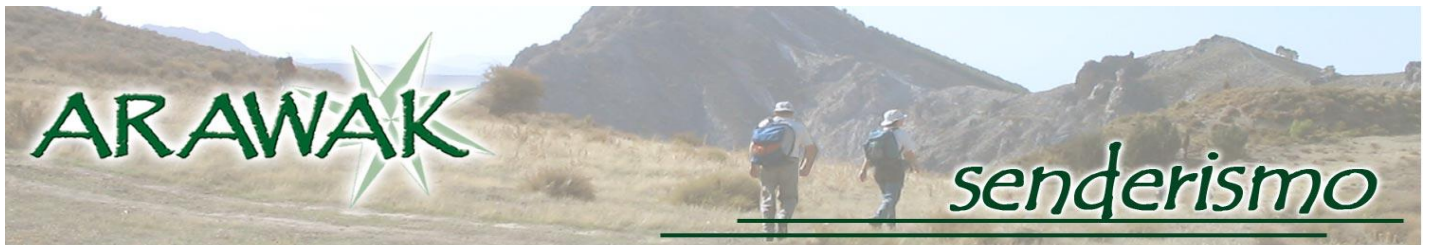
10 km - Subida 250 m - Bajada 250 m - Nivel 2

#### DÍA 3º: LAS HOCES DEL ESVA

Descubriremos una de las joyas naturales de Asturias, las **Hoces del Esva**. Situada en los límites de los municipios de Tineo y Valdés, esta espectacular ruta discurre junto al curso fluvial del río **Esva**, atravesando la profunda garganta excavada por el agua entre las sierras de Silvallana y Adrado que origina un estrecho paso con paredes de cientos de metros de altura. Recorreremos este magnífico desfiladero, declarado **Monumento Natural**, a través de un sistema de pasarelas de madera, escaleras y senderos de montaña salpicados de bosques y brañas.

11 km - Subida 400 m - Bajada 400 m - Nivel 2+





#### DÍA 4º: LA RUTA DEL AGUA. COMPLEJO ETNOGRÁFICO DE TEIXOIS



Nos trasladaremos al Concejo de Taramundi para recorrer un sendero que nos llevará hasta uno de los **Complejos Etnográficos** más espectaculares de España, **Os Teixois**. Allí nos mostrarán los ingeniosos sistemas de aprovechamiento hidráulico en funcionamiento, como son los molinos, mazos y batanes (precio de la visita no incluida 2,5 € aprox.). Después nos adentraremos en el hermoso **Valle de Las Veigas** donde pasaremos junto a varias aldeas casi perdidas para llegar hasta la recóndita **Cascada de Salgueira**, situada en un paraje de gran belleza en el corazón de un frondoso bosque autóctono. Finalizaremos en **Taramundi**, famoso también por sus ferrerías y por la fabricación de navajas.

**15 km - Subida 345 m - Bajada 720 m - Nivel 2+**



#### DÍA 5º: LA PLAYA DE LAS CATEDRALES

Como colofón a nuestro viaje visitaremos uno de los lugares con más encanto del litoral gallego: la **Playa de las Catedrales**. Allí podremos deleitarnos, durante la marea baja, con los acantilados y las sorprendentes formaciones rocosas en forma de colosales arcos pétreos, cuevas y cortados que se han originado producto de la erosión. Tras la visita haremos una excursión que nos llevará paralelos a la costa disfrutando de la compañía del mar.

**Excursión: 7 km - Subida 50 m - Bajada 50 m - Nivel 2**



#### INFORMACIÓN Y RESERVAS

**ARAWAK**

C/ Ercilla, 28 - 28005 Madrid

**Tel. 91 474 25 24**

[www.arawakviajes.com](http://www.arawakviajes.com) - [info@arawakviajes.com](mailto:info@arawakviajes.com)