



## TRANSCANTÁBRICA: RIBADEO-BENQUERENCIA

Club de Montaña O Carroucho

12 de Marzo de 2016

O territorio ribadense posúe hábitats naturais de notable diversidade. Entre os espazos que sobresaen por esta riqueza destaca a propia ría, incluída en Rede Natura 2000. A ría de Ribadeo constitúe un lugar de grande importancia como área de paso ou refuxio invernal de numerosas especies anátidas e limícolas, mentres que as súas augas posúen importantes poboacións de salmón, lamprea, reo, cangrexo de río ou mexillón de río.

Como o seu nome indica, esta ruta segue a liña do litoral ribadense e permite coñecer de preto a sucesión de entrantes, saíntes, praias recollidas e enseadas rochosas que o identifica e que o converteron nun espazo natural protexido e catalogado como Rede Natura.



Partindo do Cargadoiro, ás aforas de Ribadeo, pasa polo faro da illa Pancha, Rinlo e a praia de Os Castros-Illas. No traxecto pódese gozar de tres castros, aínda sen escavar, e varias cetarias tradicionais de marisco na contorna de Rinlo, ademais de numerosas calas e pequenas praias e cantiis con espectaculares morfloxías.

A ruta pasa por Rinlo, un pobo que segundo contan as persoas máis anciás do lugar conta con máis de 500 anos de historia e ten a súa orixe nun porto baleeiro. Hoxe, é un pequeno e pintoresco porto pesqueiro coñecido popularmente como o lugar onde se crían os mellores percebes, lagostas, lubrigantes e centolas de toda a costa Cantábrica. A riqueza destas capturas vén favorecida pola forza coa que o mar bate contra as súas rochas, onde se forman numerosas covas.

Datos Básicos	
Comezo:	Ribadeo
Remate:	Benquerencia
Distancia lineal:	23 km.
Duración aprox.:	7 horas
Dificultade:	Baixa
Altura máxima:	46 m
Altura mínima:	2 m
Acumul.:	↗283 m / ↘321 m

Desde Rinlo o camiño continúa cara á praia dos Xuncos, un pequeno areal de aspecto rochoso e con cantiis abruptos desde onde se segue cara á praia dos Castros, que, xunto coa de As Catedrais, é unha das máis emblemáticas de Ribadeo, e cara á de As Illas, que coa marea baixa únese á de Os Castros deixando ao descuberto un paseo pola area entre charcos, rochas e cantiis.

Seguindo a sinalización que hai no lugar atópase a continuación a praia de Esteiro, unha das máis singulares

do concello pola forma da súa enseada, que se alarga cara ao mar. Desde aquí chegamos á praia de Augasantas, popularmente coñecida como a de As Catedrais, un espazo único e de extraordinaria beleza. É necesario ter en conta que debe visitarse coa marea baixa, xa que ao subir o nivel do mar queda total-



mente cuberta pola auga.

A praia das Catedrais, ademais de Lugar de Importancia Comunitaria, ten tamén a categoría de Monumento Natural, que se lle atribúe a espazos da natureza constituídos por formacións de notoria singularidade, rareza ou beleza que merecen ser obxecto dunha protección especial.

Remataremos a xornada na zona do castro de Benquerencia. Sábese da existencia deste castro pero non hai estudos nin escavacións del.



**Próxima cita:**  
**2 Abril**  
**Benquerencia-Fazouro**



[www.carroucho.org](http://www.carroucho.org)