

FICHA DE RUTA – ESFUERZA INVIERNO 2020-21

RUTA 02: 15 NOVIEMBRE 2020

UBICACIÓN	
NOMBRE DE LA RUTA	Senda do Río Sisalde
CONCELLO/S	Arteixo
PROVINCIA	A Coruña
LUGAR DE SALIDA	DP-0514 (Final de la Playa de Barrañán)
COORDENADAS DE SALIDA	43.308595, -8.552976
LUGAR DE LLEGADA	DP-0514 (Inicio de la Playa de Barrañán)
COORDENADAS DE LLEGADA	43.309439, -8.548291
DATOS	
TIPO DE RUTA	Lineal
DISTANCIA (km lineales)	5,5 km
DESNIVEL DE SUBIDA ACUMULADO (m)	87 metros
SUBIDAS DE >10% (m lineales)	0 metros
BAJADAS DE >10% (m lineales)	0 metros
DIFICULTAD técnica	Media baja Fácil – Media baja - Media – Media alta – Difícil

ESFUERZO físico	Medio bajo Bajo – Medio bajo - Medio – Medio alto – Alto
ACCESIBILIDAD	Media baja Baja – Media baja - Media – Media alta – Alta
OBSTÁCULOS PRINCIPALES	- Presencia de caminos con firme irregular de gravilla y piedras sueltas. - Dependiendo de la meteorología algunos tramos del camino pueden presentar charcos y barro. - Pequeño tramo de escaleras.
DESCRIPCIÓN DE LA RUTA	
DESCRIPCIÓN	Ruta por el Concello de Arteixo. Comenzamos nuestra ruta al pie de la Playa de Barrañán, donde desemboca el río Sisalde que nos acompañará durante todo el recorrido. Un cómodo camino nos adentrará en el valle del río Sisalde. Disfrutaremos de agradables paisajes, típicamente gallegos: carballeiras, bosques de ribera y verdes campiñas. En nuestro recorrido visitaremos un bosque galería muy especial, que descubrirás con nosotros. Caminando junto al río nos acercaremos al molino de los Zapata y posteriormente a la iglesia de San Julián de

	Barrañán, construcciones emblemáticas en esta zona. Terminaremos nuestra ruta donde la empezamos cerca de las dunas de la grandiosa Playa de Barrañán.
INTERESES PRINCIPALES	- Medioambiental - Patrimonial
SERVICIOS DURANTE LA RUTA	
Baños	A 350 m del comienzo de la ruta: local de hostelería (sujeto a horario de apertura) A 30 m del final de la ruta: local de hostelería (sujeto a horario de apertura)
Hostelería	A 350 m del comienzo de la ruta (sujeto a horario de apertura) A 30 m del final de la ruta (sujeto a horario de apertura)
Fuentes de agua	En la Praia de Barrañán Iglesia de San Julián de Barrañán
Otros	--
EQUIPACIÓN RECOMENDADA	
Calzado	Deportivo cerrado impermeable
Vestimenta	- Ropa cómoda - Gorra - Ropa de abrigo y/o impermeable (según la

	previsión meteorológica)
Avituallamiento	Botella de agua y refrigerio
Accesorios	- Pequeña mochila - Protector solar - Gafas de sol - Paraguas - Pañuelos de papel desechables
Prevención COVID-19	- Mascarilla según las normativas del Ministerio de Sanidad - Mascarilla de repuesto - Gel hidroalcohólico de desinfección de manos con efecto viricida - Uso recomendado de gafas - SE RECOMIENDA NO COMPARTIR EQUIPACIÓN ENTRE PARTICIPANTES

*TLF Contacto día de la Ruta: 654 612 352