

ESCUELA DE KAYAK DE MAR : RUTAS GUIADAS ISLAS ATLÁNTICAS

3. Ruta Punta Escodelo

Nivel Intermedio/Avanzado

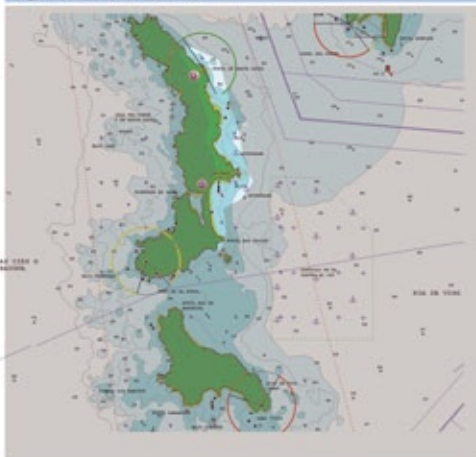
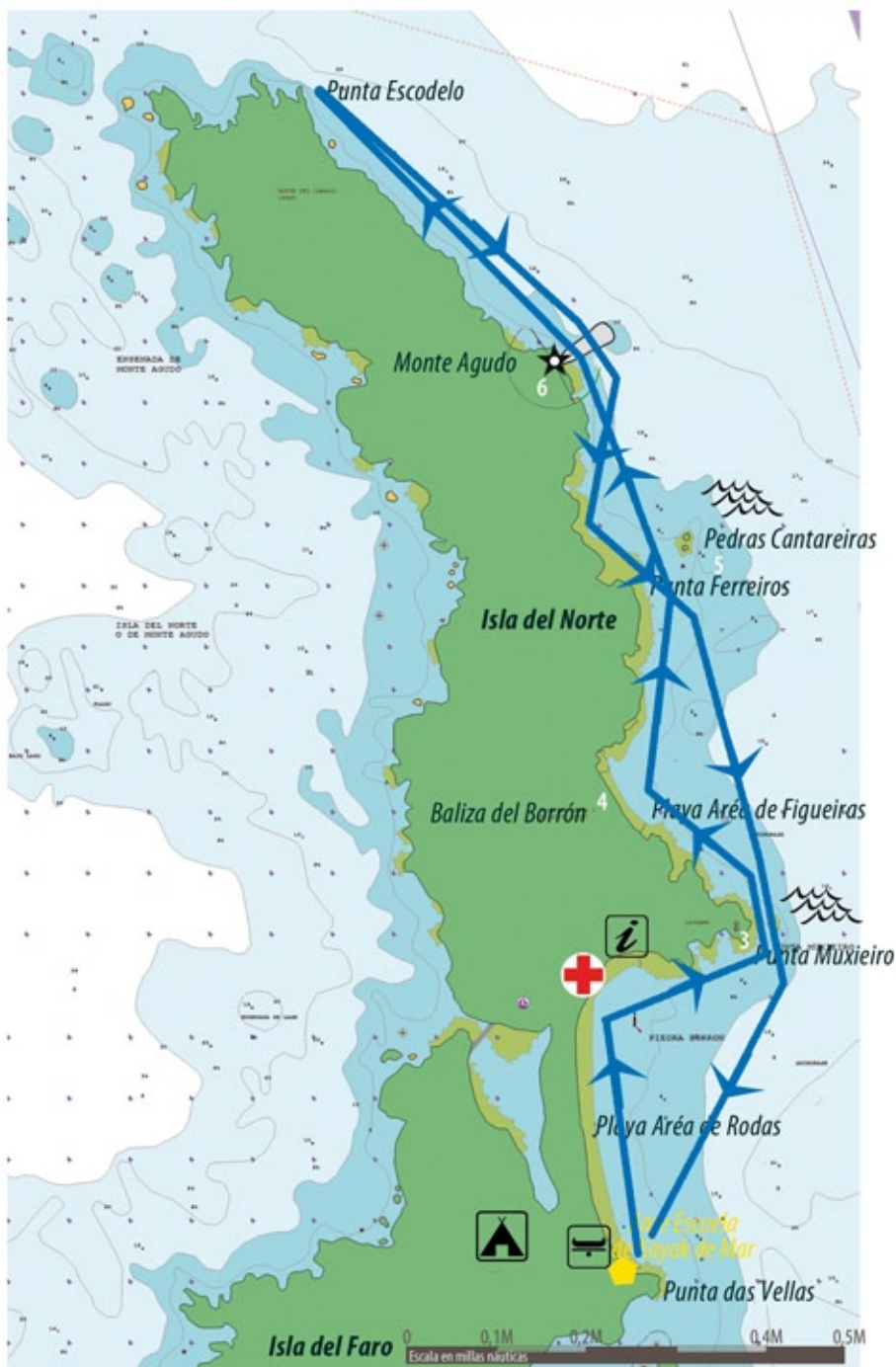
Duración 7 horas

Distancia Ida: 3,13 Millas/ Vuelta 3,13 Millas (11,58 km ida y vuelta)

Itinerario:

Inicio en Punta das Vellas en dirección Norte navegando por el litoral de la playa de Area de Rodas hasta llegar a Punta Muxieiro, desde este punto seguimos rumbo Norte, costeano y pasando por Area dos Freixeiros, a Praia de Figueiras, Fuma das Lontras, seguimos por el litoral pasando por la Costa do Bufardo, Punta do Ferreiro, y Praia das Margaritas hasta llegar a Praia da Cantareira. Seguimos hasta llegar a Punta Monte Agudo balizada por el faro formado por Torre blanca, sorteamos la punta y continuamos por la costa que corresponde al frontón nordeste entre Monte Agudo y Punta Escodelo, donde sus aguas están libres de bajíos pero la costa es alta, escarpada e inaccesible, sin posibilidad de desembarcos; en la zona se destacan cuevas y hendiduras sobre todo en la costa de Laxe do Peitos, continuamos pasando por Cabeza de Vapor, donde podemos observar la Furna de Marin, hasta llegar a Punta Escodelo. Parada técnica de descanso en el agua.

Regresamos desde esos puntos sin desembarcar hasta la Praia da Cantareira, o bien la Praia das Margaritas donde desembarcaremos para proceder al avituallamiento de los palistas. Regreso al punto de partida.



Ruta de Jornada completa, cercana al litoral.

El nivel de dificultad viene marcado por dos variables: condiciones meteorológicas y la pericia de los palistas.

La dificultad se inicia al sortear la Punta Muxieiro, Punta Ferreiro y Punta Monte Agudo, pero aumenta cuando atravesamos la zona de Laxe do Peitos hasta punta Escodelo por ser una zona menos resguardada y sin posibilidad de desembarco.

Además se debe estar atentos de los obstáculos de navegación como son:

- El Leixón (wp: 42° 14', 2N 08° 53', 8W) piedra que cubre y descubre, está separada doscientos metros de la costa, nada más pasar Punta Muxieiro
- Las tres Piedras Cantareiras extendidas de NNE a SSW unos 140 m de la costa (wp : 42° 14', 3N 08° 53', 8W), dos velan siempre y la más al S cubre y descubre con la mareas.

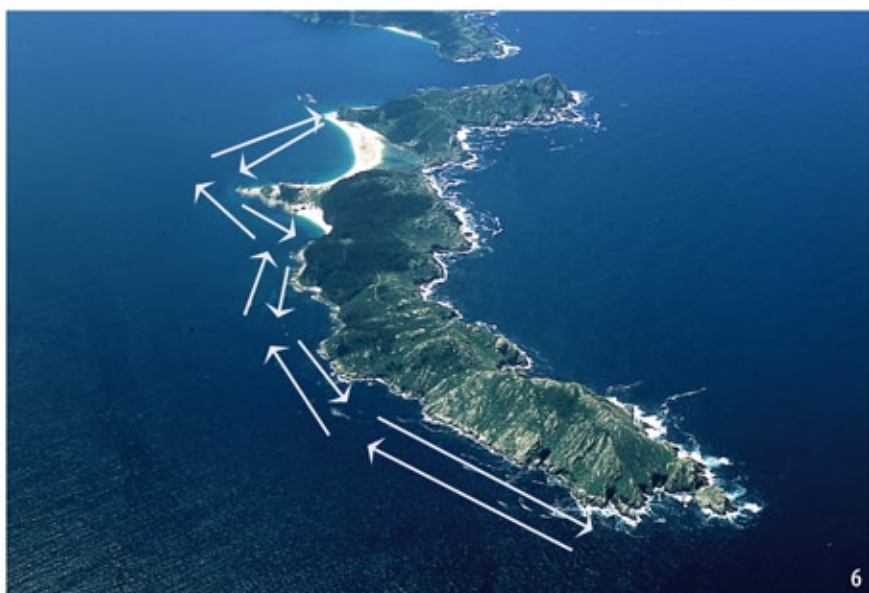
Se realiza un desembarco de 30 minutos en la Praia da Cantareira o das Margaritas a la vuelta de la Ruta, de descanso y avituallamiento de los palistas.

Actividades formativas :

- Estiba del material en el kayak y calentamiento previo.
- Fundamentos del Paleo: Coordinación del gesto: Se trabajaran los diversos aspectos técnicos, en función del estado de la mar o los agentes atmosféricos de cada momento.
- Exploración y dominio del equilibrio en el sistema palista-piragua
- Estabilidad, Equilibrio y apoyos
- Paladas hacia adelante, hacia atrás, laterales, de giro y de gobierno
- Reembarques en el agua, individual, con apoyo de compañeros, con apoyo de medios naturales y artificiales
- Nociones básicas de navegación y de abordaje.
- Navegación ambiental. Minimizar el impacto de nuestra actividad.
- Vuelta a la calma. Estiramientos .

La actividad completa está programada con inicio a las: 11:00

- 7 horas de ruta, incluido el descanso
- 1 hora y 30 minutos de preparación del material, formación, estiba del barco, desembarco final y acondicionamiento del material



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE MEDIO AMBIENTE,
TERRITORIO E INFRAESTRUTURAS

PARQUE NACIONAL MARÍTIMO TERRESTRE
DAS ISLAS ATLÁNTICAS
DE GALICIA

