



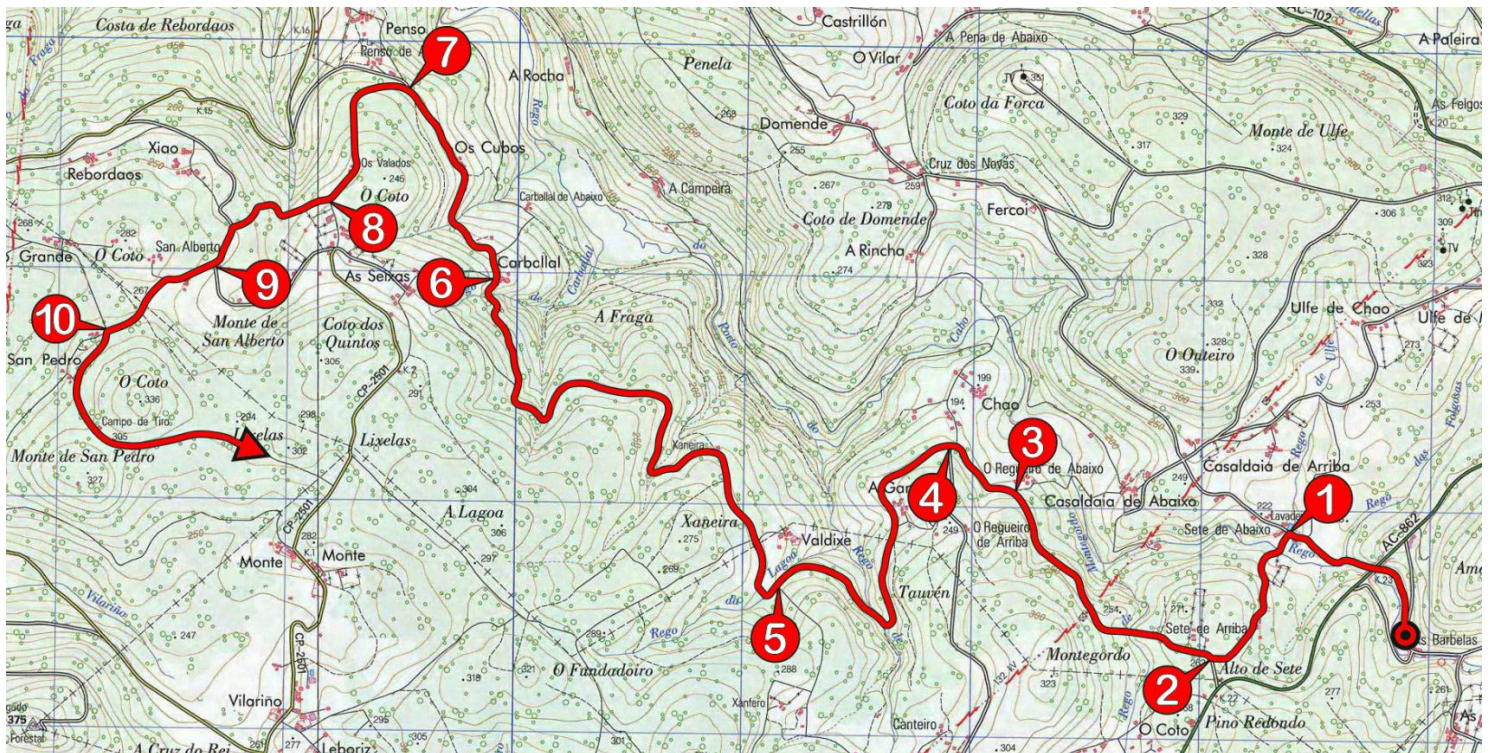
TC A: Cerdido - "Sondeos Gayoso" (11,650 Kms)

1ª Pasada: Peche - 08:00

Paso - 09:00

2ª Pasada: Peche - continúa

Paso - 12:12



Saída- Para acceder á saída deberemos situarnos xusto no fito quilométrico 30 da AC-862 (estrada de Narón-Ortigueira) e nos desviaremos pola indicación "As Barbelas, Rañoa" por onde a 600 metros atoparemos a saída. (43°35'37" N - 7°57'44" O)

1- En Felgosas, no quilómetro 31,7 da AC-862, nos desviaremos seguindo a indicación "Abruñeiros, Ulfe, Cruz de Casaldaia" e circularemos sen desviarnos 2,3 quilómetros ata chegar a un cruce, onde teremos dúas opcións, tomando neste caso a pista da esquerda con sinal de "Sete de Abaixo" e a 600 metros atopamos o treito cronometrado. (43°35'50" N - 7°58'06" O)

2- Existe outra posibilidade no quilómetro 29,2 da AC-862, onde xirando pola indicación "Sete de Arriba, Chao, Cruz dos Novás" teremos a especial a so 100 metros. (43°35'33" N - 7°58'22" O)

3- A este punto accédese do mesmo xeito que para o número 1, pero cando cheguemos ó cruce que figuraba como dobre opción deberemos continuar de fronte pola indicación "Regueiro, Chao, Cruz dos Novás". A 180 metros nos mantemos pola esquerda, 200 metros despois o faremos pola dereita e a 700 metros chegaremos ó treito. (43°35'57" N - 7°59'00" O)

4- No quilómetro 27,7 da AC-862, á altura da empresa "Mármoles Trieiro", xirando cara o "Centro Cultural e Deportivo de Abade" pola indicación "Casanova, Peneiro, Canosa, Cabanela, Xanfero, Valdixe", e percorrendo 2400 metros sen desviarnos en ningún momento, atoparemos á especial. (43°36'03" N - 7°59'13" O)

5- Circulando pola AC-862 con sentido Narón-Ortigueira, xusto despois de pasar o fito quilométrico 27, xiraremos á esquerda por unha pista sen indicación e avanzaremos sempre de fronte durante

1,1 quilómetros ata chegar ó lugar de "Canosa", no cal deberemos continuar pola esquerda e a 1 quilómetro, de novo sen desviarnos, estaremos no treito. (43°35'43" N - 7°59'46" O)

6- No quilómetro 22,950 da AC-862, tomaremos o desvío con indicación "Cruz da Raíña, Bardaos" e despois de 3,4 quilómetros sen desviarnos, ó chegar a un STOP, continuaremos de fronte pola DP-2501 seguindo as indicacións de "Monte" e "A Chaíña", por onde a 2,6 quilómetros chegaremos a un cruce con 3 opcións, sendo a primeira delas a de xirar á dereita pola indicación de "Seixas, Carballeda". A 350 metros seguiremos pola esquerda entre casas e a 400 atoparemos o treito. (43°36'27" N - 8°00'41" O)

7- Temos máis opcións dende a DP-2502 (Valdoviño-Cerdido), como a do quilómetro 15,4 na que collendo a pista con indicación "Penso, Balados, Chaíña" atoparemos o treito cronometrado a 700 metros. (43°36'53" N - 8°00'57" O)

8- A segunda opción da variable comentada no punto 6, é a de seguir de fronte xunto ó "Bar A Chaíña" e a 200 metros estaremos na especial. (43°36'38" N - 8°01'13" O)

9- A terceira opción da variable empregada nos puntos 6 e 8 sería a de xirar á esquerda e percorrer 750 metros ata chegar ó treito. (43°36'29" N - 8°01'36" O)

10- Dende o quilómetro 13,1 da DP-2502, xirando polos sinais de "Camiño Grande" e "San Pedro", atoparemos a cronometrada a 1,4 quilómetros. (43°36'18" N - 8°01'57" O)

Meta- Para acceder á chegada deberemos facer o mesmo que para os puntos 6, 8 e 9 pero antes de chegar a "A Chaíña" no 1,3 da DP-2501, xiraremos á esquerda. (43°36'08" N - 8°01'35" O)



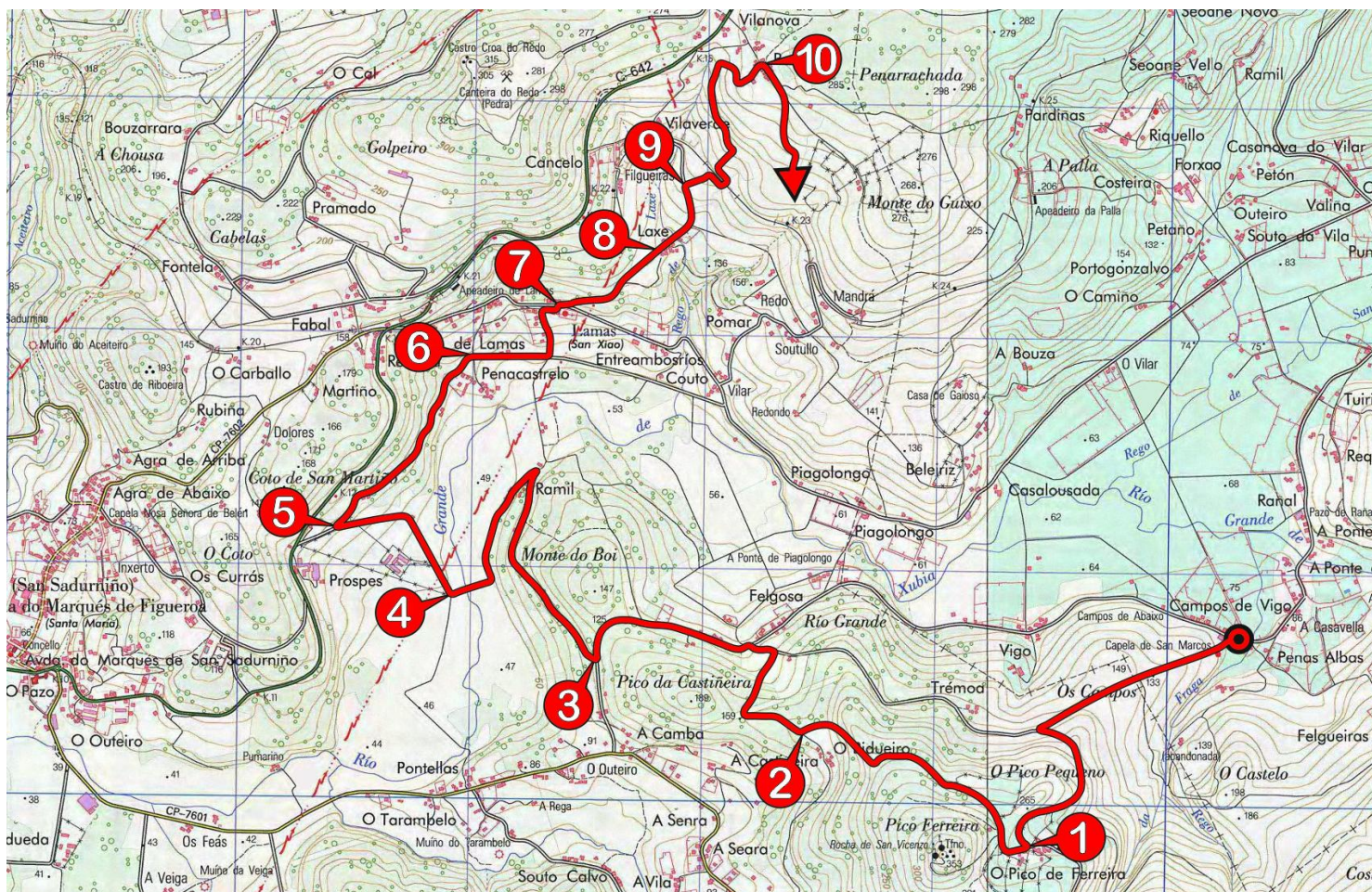
TC B: S. Sadurniño - "Talleres Breogán" (10,950 Kms)

1ª Pasada: Peche - 08:32

Paso - 09:32

2ª Pasada: Peche - continúa

Paso - 12:44



Saída- Para acceder á saída deberemos desviarnos da DP-4904 (As Somozas-Balocos) no quilómetro 6,950 pola indicación "San Jorge", circulando pola DP-4907 durante 4,5 quilómetros ata chegar a un cruce con marquesina no cal continuaremos pola dereita e a 400 metros atoparemos a saída do treito cronometrado. (43°31'59" N - 8°00'28" O)

1- Collendo a DP-7601 na rotonda de San Sadurniño con dirección "Ferreira", avanzamos ata o quilómetro 3,9 e nos desviaremos seguindo a indicación "O Pico de Ferreira" percorrendo por esa pista 1350 metros ata chegar ó treito. (43°31'30" N - 8°01'08" O)

2- Tamén na DP-7601, á altura do quilómetro 5,7 (xusto en fronte da Igrexa de Ferreira), teremos a opción de desviarnos pola indicación "A Praza, O Bidueiro" e a tan só 20 metros, continuar pola dereita tal e como indica o sinal de "O Bidueiro" atopando a especial a 1 quilómetro. (43°31'46" N - 8°01'51" O)

3- Outra opción dende a DP-7601 é a de coller o cruce con dirección "Moeche, Lamas, Felgosa" no quilómetro 6,6 e a 400 metros estaremos no treito. (43°31'56" N - 8°02'31" O)

4- Do mesmo xeito que para os puntos anteriores, atopamos outro acceso dende o quilómetro 7,3 da DP-7601 si nos desviarnos pola indicación de "Penacastelo, Prospes" pasando entre unhas casas e chegando ó treito a 1 quilómetro. (43°32'06" N - 8°02'58" O)

5- No quilómetro 19 da AC-862 (Narón-Ortigueira), deberemos desviarnos pola indicación "Penacastelo, Ramil, Pontellas" e estando o treito a só 180 metros. (43°32'15" N - 8°02'54" O)

6- En "Riboira", no quilómetro 20,1 da AC-862, tomaremos o desvío con indicación "O Chao de Lamas" e despois de 400 metros xiraremos á dereita pola indicación de "Penacastelo", atopando o treito a 250 metros. (43°32'39" N - 8°00'41" O)

7- Tomando o mesmo desvío da AC-862 que no punto 6, sempre recto, atopamos o treito a 750 metros. (43°32'46" N - 8°02'38" O)

8- Na AC-862, no quilómetro 21,5 temos outras dúas opcións se nos desviarnos pola indicación de "Vilaverde", descendendo 200 metros para coller a primeira opción á dereita polo sinal "Vilaverde" tendo a especial a 600 metros. (43°32'54" N - 8°02'19" O)

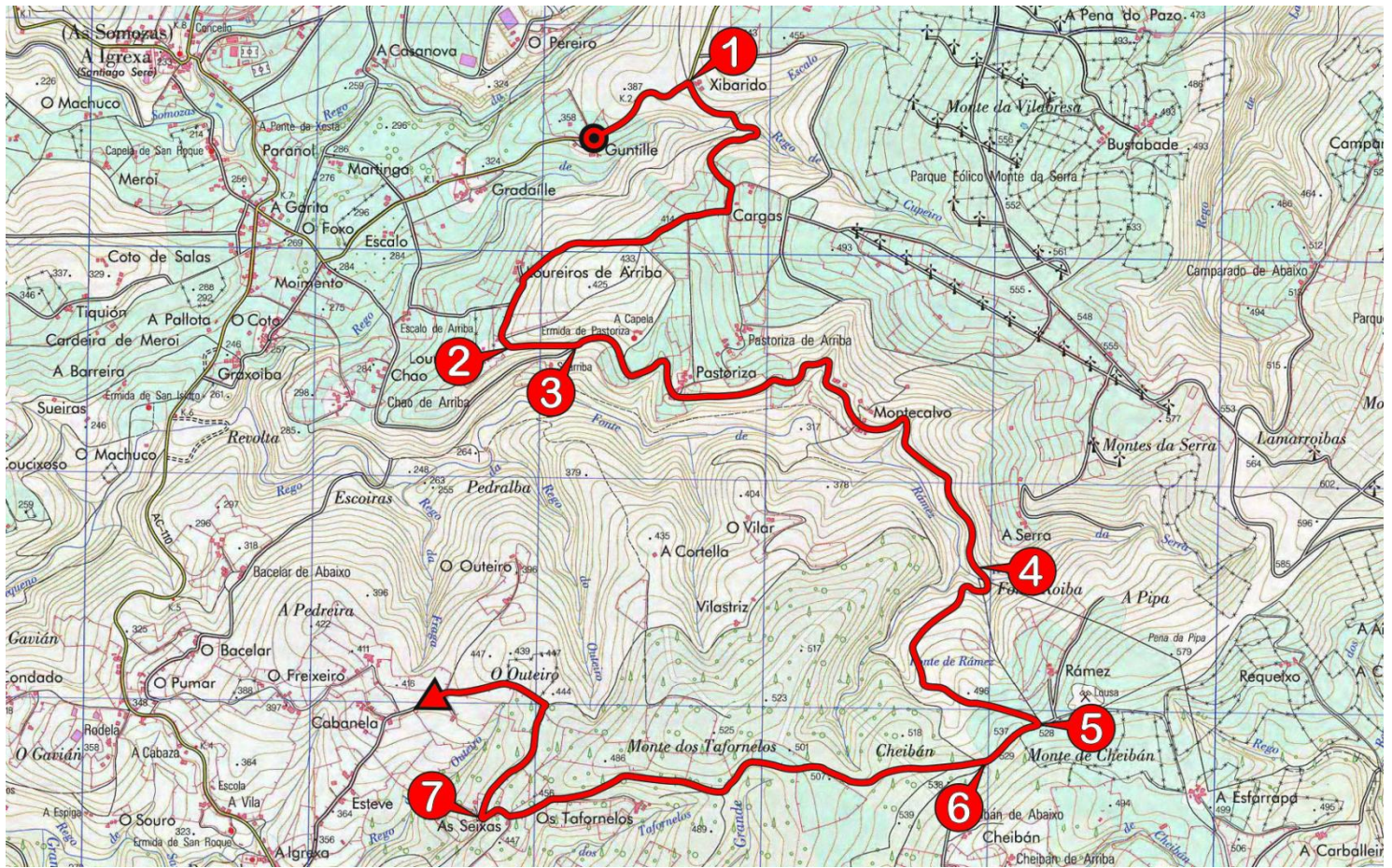
9- A outra opción é a de avanzar 150 metros máis e xirar á dereita por unha pista de formigón moi estreita entre casas que nos levará ó treito despois de 350 metros. (43°33'03" N - 8°02'14" O)

10- No quilómetro 22,3 da AC-862, nos desviaremos cara "Mandrá" e a 250 metros chegaremos ó treito. (43°33'20" N - 8°01'59" O)

Meta- Ó igual que para ir á saída, pola DP-4907, no quilómetro 2 xiraremos á dereita e despois de 3,5 quilómetros o volveremos a facer para atopala logo de 950 metros. (43°33'01" N - 8°01'52" O)



TC C: As Somozas - "Tlls. Casal y Pernas" (10,950 Kms) 1ª Pasada: Peché - 09:07 Paso - 10:07



Saída- Para acceder á saída deberemos chegar ata o quilómetro 11,7 da AC-110 (estrada de As Somozas) e nos desviaremos pola indicación "Seixas 4" incorporándonos á DP-7010. A 350 metros nos manteremos pola esquerda e 1,4 quilómetros despois atoparemos a saída. (43°31'49" N - 7°55'20" O)

1- Case dende o centro urbán de As Somozas, no quilómetro 11,1 da AC-110, colleremos o desvío cara o Polígono Industrial e a 950 metros, na rotonda, seguiremos pola dereita. A 650 metros continuamos pola esquerda nun desvío con sinal de "Garenesa" e a 2,6 quilómetros teremos a primeira opción xirando á dereita na DP-7010 pola indicación "Garita", chegando ó treito despois de 1,7 quilómetros. (43°31'57" N - 7°55'01" O)

2- Empregando o mesmo desvío da AC-110 que para ir á saída, a 350 metros continuaremos de fronte e 850 metros máis adiante, colleremos a pista da esquerda no sinal de "Loureiros de Arriba", para atopar o treito a 700 metros. (43°31'19" N - 7°55'36" O)

3- Tamén teremos a posibilidade de chegar a outro punto do treito se seguimos as indicacións do punto 2 ata o letreiro de "Loureiros de Arriba", onde si nos mantemos na estrada (pola dereita) chegaremos á especial tras 900 metros. (43°31'19" N - 7°55'23" O)

4- Outras opcións as atopamos continuando 50 metros despois de atopar o desvío da DP-7010 mencionado no acceso do punto 1, e xirando á dereita polo sinal que indica "As Pontes". A primeira opción está avanzando 2,4 quilómetros ó longo do parque eólico e

desviándonos á dereita nun cruce con indicación para "A Serra", polo cal descenderemos 900 metros ata chegar a unhas casas, onde continuaremos pola esquerda, por unha pista en mal estado atopando o treito a 1350 metros. (43°30'46" N - 7°54'02" O)

5- Do mesmo xeito que no punto anterior, unha vez nos situamos na estrada que percorre polo parque eólico, continuamos sempre de fronte ata chegar ó seu final nun cruce que tomaremos á dereita seguindo as indicacións "Requeixo, A Esfarrapa" e a 800 metros xiraremos de novo á dereita para chegar ó treito cronometrado despois de 550 metros. (43°30'26" N - 7°53'52" O)

6- Partindo da rotonda do acceso á autovía AG-64 na saída 26 de "As Somozas, Cedeira", continuaremos nun primeiro momento pola AC-861 cara "Espiñaredo, As Pontes" durante 850 metros e xiraremos á esquerda pola antiga AC-117 nos sinais de "Cedeira" e "Somozas 9, A Barqueira 20", percorrendo 600 metros ata coller o desvío á dereita para "Cheibán", atopando o treito a 3600 metros. (43°30'20" N - 7°54'03" O)

7- No quilómetro 15,5 da AC-110, xunto ó letreiro de "Receme!", nos desviaremos da xeral e sempre recto, atoparemos o treito cronometrado a 1100 metros. (43°30'12" N - 7°55'41" O)

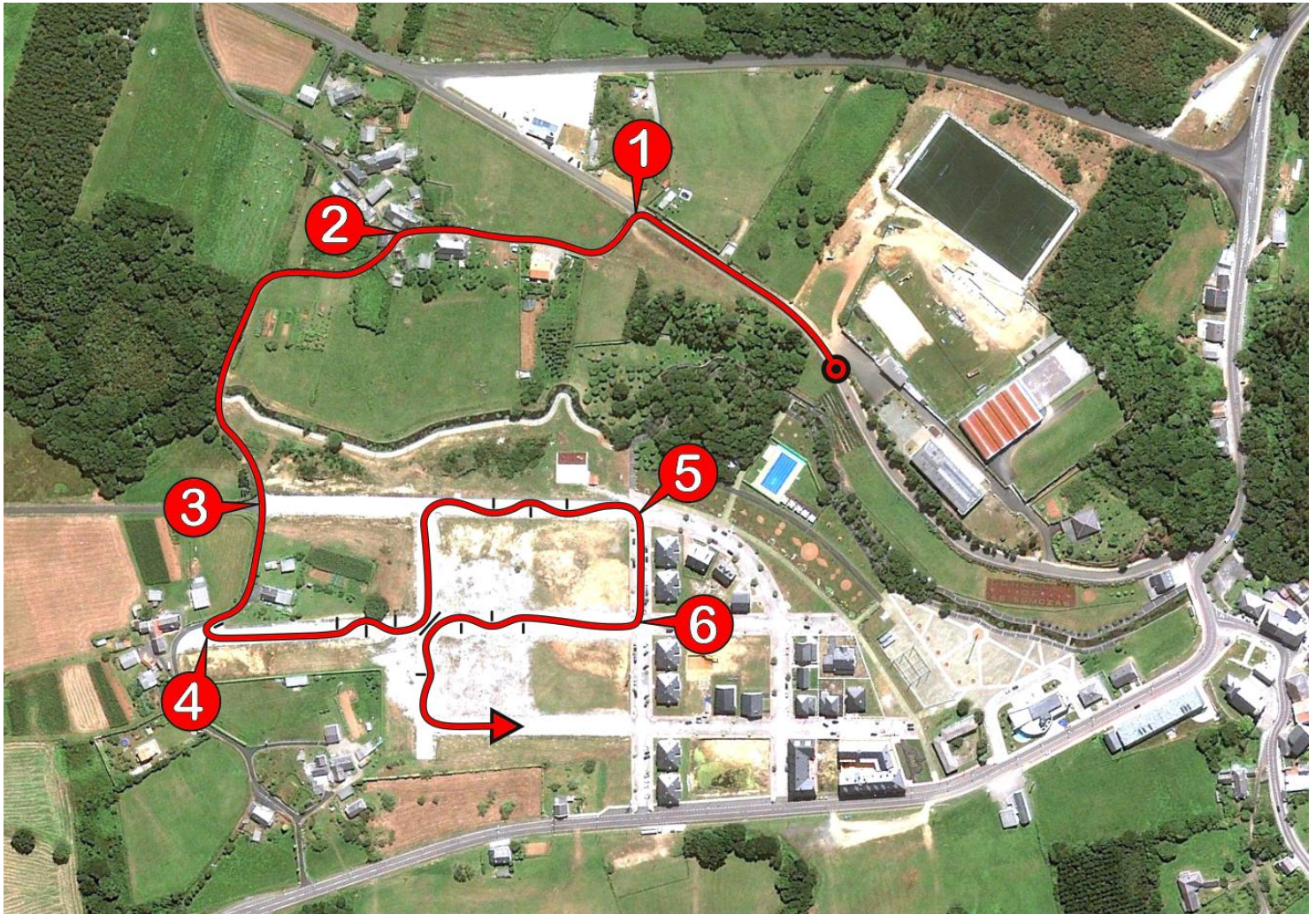
Meta- Para acceder á chegada deberemos situarnos na AC-110 á altura do quilómetro 15,4 e desviarnos entre casas xusto en fronte da marquesina. Percorrendo 1200 metros estaremos no final do treito cronometrado. (43°30'30" N - 7°55'48" O)



TC S: As Somozas - "Casa Amando" (1,350 Kms)

1ª Pasada: Peché - 12:16

Paso - 13:16



Saída- Para acceder á saída deberemos situarnos no centro urbán de As Somozas, arredor do quilómetro 10,850 da AC-110, e desviarnos xunto á Farmacia pola indicación "Colexio, Instalacións Deportivas, Poelle" e avanzando 300 metros atoparemos a saída do treito cronometrado. (43°32'04" N - 7°56'26" O)

1- As primeiras opcións as atoparemos dende o quilómetro 11,1 da AC-110, desviándonos cara o Polígono Industrial e a tan só 550 metros, despois dunha gran explanada de terra, atopamos a primeira posibilidade xirando á esquerda cara o Bar "La Esquina" e a 150 metros chegaremos ó treito. (43°32'05" N - 7°56'19" O)

2- Temos unha segunda opción na estrada do Polígono Industrial 150 metros despois de pasar o cruce do citado Bar, onde xirando á esquerda por unha pista moi estreita chegaremos ó treito logo de 200 metros, nunha zona de casas. (43°32'09" N - 7°56'15" O)

3- A última posibilidade que teremos dende a estrada que sube ó Polígono Industrial está 100 metros máis adiante da mencionada no punto 2, onde nos teremos que desviar á esquerda e despois dunha recta de 400 metros, manténdonos pola esquerda e avanzando 150 metros máis, xiraremos á esquerda nun cruce de catro camiños polo que atoparemos a especial a uns 450 metros.

Conseguremos chegar ata este lugar tamén dende o quilómetro 9,750 da AC-110, onde nos meteremos por unha pista sen sinal e despois de percorrer 300 metros nos desviaremos á dereita no cruce de catro camiños comentado na descrición anterior, atopando o treito a 450 metros. (43°32'16" N - 7°56'19" O)

4- Saíndo de As Somozas cara Ortigueira, no quilómetro 10,150 da AC-110, xusto ó pasar o último poste do alumado público, atoparemos unha pista á dereita con indicación de "Castelo" pola que nos deberemos desviar, permanecendo á esquerda despois de 40 metros e accederemos a un cruce pechado da especial despois de 150 metros. (43°32'18" N - 7°56'21" O)

5- No quilómetro 10,5 da AC-110, na rúa da urbanización que queda libre ó tráfico, temos outras dúas opcións de acceder á especial, sendo a primeira a de avanzar 250 metros todo recto ata que nos atopemos co treito. (43°32'09" N - 7°56'26" O)

6- A outra opción que temos no punto 5 é a de percorrer só 100 metros e xirar á esquerda pola segunda rúa, chegando ó treito despois de outros 100 metros. (43°32'10" N - 7°56'29" O)

Meta- A chegada está no quilómetro 10,4 da AC-110, xunto ó sinal de "As Somozas Lugar de Lecer". (43°32'14" N - 7°56'28" O)

TC D: Valdoviño - "Fercarpi Galicia" (11,150 Kms)
1ª Pasada: Peche - 16:06
Paso - 17:06
2ª Pasada: Peche - continúa
Paso - 19:58


Saída- Para acceder á saída o máis fácil é situarmos no quilómetro 22,950 da AC-862 (Narón-Ortigueira), e desviarmos pola indicación "Cruz da Raíña, Bardaos". Despois de 3,4 quilómetros, ó chegar a un STOP, xiraremos á esquerda e circularemos pola DP-4905 ata chegar a outro STOP, no cal deberemos coller cara a dereita e a 1,2 quilómetros atoparemos a saída. (43°36'42" N - 8°02'47" O)

1- No quilómetro 5,5 da AC-102 (estrada de Cerdido), colleremos a DP-2502 na indicación "Valdoviño" e sen desviarmos en ningún momento, a 3,8 quilómetros chegaremos ó treito cronometrado. (43°36'44" N - 8°02'27" O)

2- Tamén na AC-102, en "Porto do Cabo", xusto en fronte do fito quilométrico 8, nos desviaremos cara a ponte con letreiro de "Turismo Rural" e a 100 metros continuaremos pola esquerda. Pasando por unha Capela, neste caso, continuaremos recto e a 1200 metros atoparemos o treito. (43°37'16" N - 8°02'45" O)

3- Outra opción dende o mesmo desvío da AC-102 que no punto 2 é a de xirar á dereita unha vez que superamos a Capela nomeada e manténdonos sempre recto sen desviarnos, a 1,1 quilómetros chegaremos á especial. (43°37'29" N - 8°02'58" O)

4- No quilómetro 22,8 da AC-566 (Narón-Cedeira), tomaremos a DP-8701 seguindo a indicación "Vilarrube", pola que circularemos 1,8 quilómetros ata o seu final e continuaremos pola esquerda nas indicacións de "Folgueiras, Quengo, Porto do Cabo, Castro" atopando o treito a 300 metros. (43°37'42" N - 8°03'57" O)

5- Collendo o mesmo desvío que no punto 4, ó chegar ó final da DP-8701 xiraremos á dereita polos sinais de "Liñeiro, Vilaboa", chegando ó treito a 1600 metros. (43°37'01" N - 8°04'19" O)

6- Dende a DP-2502 (Valdoviño-Cerdido) teremos varias opcións, sendo a primeira delas a de avanzar ata o quilómetro 5,650 e continuar pola esquerda cara o "Club Náutico". Despois de 2 quilómetros colleremos a pista da esquerda no sinal de "Basteiro" e atoparemos o treito a 900 metros. (43°36'56" N - 8°04'28" O)

7- Semellante á opción anterior temos outra se ó chegar xunto ó sinal de "Basteiro" continuamos de fronte 550 metros, chegando tamén ó treito cronometrado. (43°36'36" N - 8°04'38" O)

8- Continuando pola DP-2502 ata o quilómetro 8,850 atoparemos máis accesos se nese punto nos desviamos á esquerda e a 750 metros xiramos de novo á esquerda na indicación "Club Náutico", tendo a especial a 650 metros. (43°36'19" N - 8°04'12" O)

9- Se nos mantemos na DP-2502 ata o STOP do quilómetro 11,9, deberemos seguir de fronte por "Vispeira, Romeos, Vilarrube" e a 1 quilómetro, no sinal de "Romeos" xiraremos á esquerda, tendo o treito a só 100 metros. (43°36'32" N - 8°03'37" O)

10- Tal e como se describe no punto 8, cando cheguemos ó letreiro de "Club Náutico" estaremos no treito. (43°35'59" N - 8°04'01" O)

Meta- Como no punto 9 ata o STOP, onde xiraremos á esquerda e a 800 metros atoparemos a chegada. (43°36'00" N - 8°03'52" O)

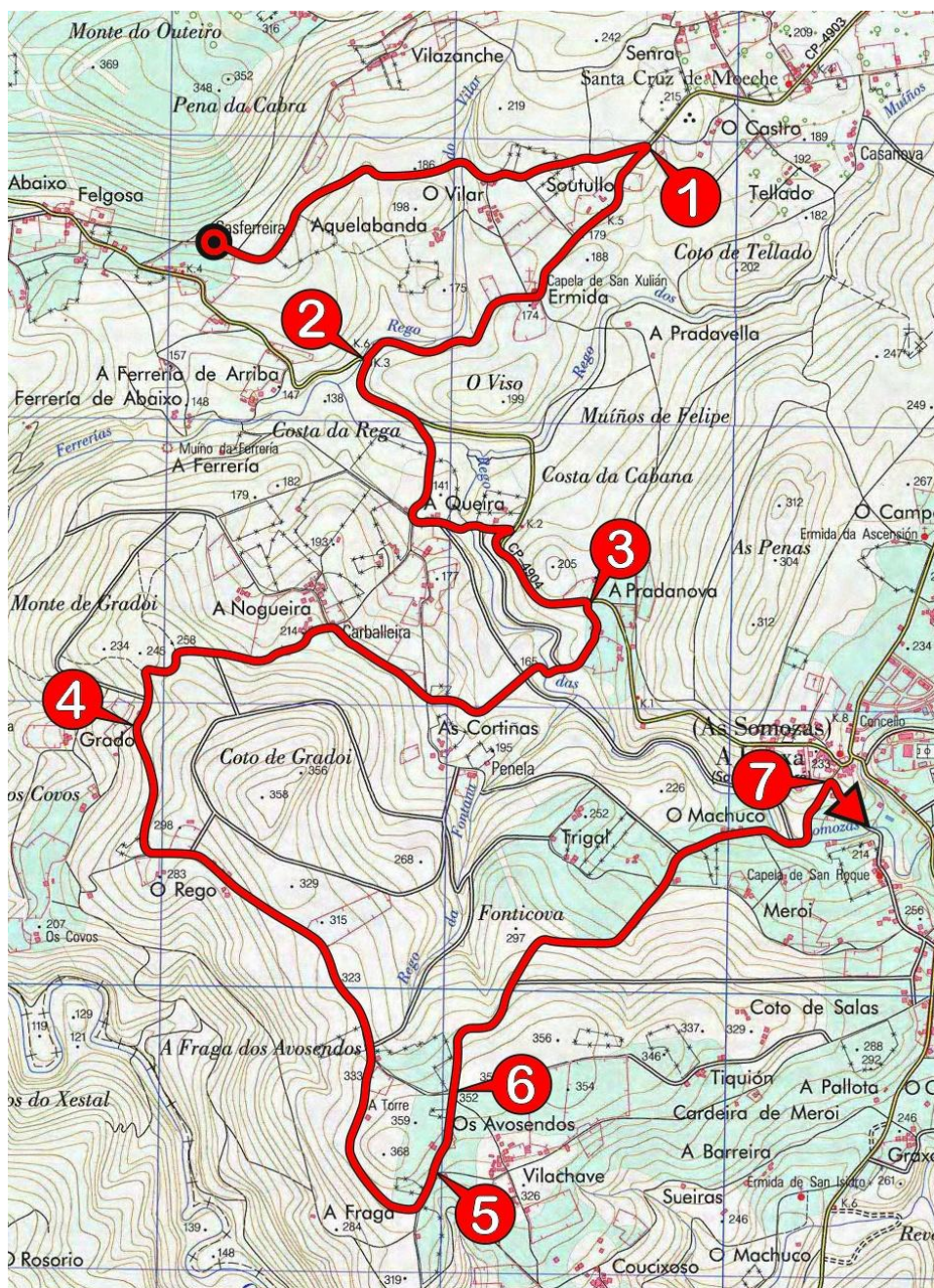
TC E: Moeche - "E. S^o. La Gallada" (11,950 Kms)

1ª Pasada: Peché - 16:40

Paso - 17:40

2ª Pasada: Peché - continúa

Paso - 20:32



Saída- Para acceder á saída deberemos situarnos no lugar de Balocos, na AC-862 á altura do "Bar Xambas", e coller a DP-4904 (As Somozas-Balocos) seguindo a indicación de "Somozas 8" pola que nos achegaremos ata o quilómetro 4,2 e tomando o desvío con indicación "Sta. Cruz" atoparemos a saída a 500 metros. (43°33'00" N - 7°58'20" O)

1- O máis recomendable é acceder dende a AC-110, (estrada de As Somozas), desviándonos pola indicación "Sta. Cruz de Moeche" que atoparemos no quilómetro 8,1. Unha vez por esa pista, avanzaremos sempre de fronte durante 1,7 quilómetros ata chegar ó cruce da igrexa e xiraremos á esquerda, atopando o treito a 600 metros. (43°33'11" N - 7°57'10" O)

2- Empregando o mesmo acceso que para ir á saída, en Balocos (á altura do "Bar Xambas") nos desviaremos pola indicación "Somozas 8" e a pouco máis de 5 quilómetros nos atoparemos co treito cronometrado. (43°32'47" N - 7°57'55" O)

3- Dende o centro de As Somozas, tomaremos a DP-4904 xunto a oficina de "Caixa Galicia" con indicación "Campos 8" ou "Balocos 8", e despois de 1,3 quilómetros sen desviarnos en ningún momento, estaremos na especial. (43°32'19" N - 7°57'21" O)

4- Do mesmo xeito que para ir á saída e ó acceso do punto 2, para chegar a este lugar deberemos situarnos na estrada DP-4904 (As Somozas-Balocos) e colleremos a DP-4907 no quilómetro 6,950 seguindo a indicación "San Jorge". Circularremos por esta estrada durante 4,5 quilómetros ata chegar a un cruce con marquesina no que teremos que seguir pola esquerda, e a só 50 metros volveremos a xirar á esquerda, atopando o treito despois de 3,5 quilómetros, por unha pista que na súa parte final presenta un asfalto e moi mal estado. (43°32'05" N - 7°58'32" O)

5- No quilómetro 11,850 da AC-110 (estrada de As Somozas) teremos outras dúas opcións se nos desviamos cara a nave industrial de "Construccion Guerreiro", sendo a primeira delas a de manternos sempre de fronte durante 2 quilómetros e atoparemos o treito cronometrado. (43°31'13" N - 7°57'45" O)

6- A outra opción que temos desviándonos no quilómetro 11,850 da AC-110 cara a nave industrial de "Construccion Guerreiro" está a 400 metros, onde poderemos xirar á dereita pola indicación "Tiquión, O Coto de Salas" e 350 metros máis adiante nos manteremos pola esquerda no lugar de "Tiquión" onde

comezará unha pista en mal estado pola que a 1 quilómetro atoparemos a especial. (43°31'23" N - 7°57'41" O)

7- Este punto está xusto detrás do "Bar Casa Amando" no centro de As Somozas, polo que recomendamos estacionar o vehículo na estrada xeral ou ben despois de avanzar 200 metros pola DP-4904 cara "Campos 8" ou "Balocos 8" e xirando á esquerda nunha rúa de dous carrís pola que tamén accederemos ó treito cronometrado a 150 metros. (43°31'59" N - 7°56'42" O)

Meta- A chegada a atoparemos se nos desviamos da AC-110 no quilómetro 11,7 xunto ó sinal de "A Barqueira 12" (onde están os colectores do lixo), continuando pola dereita a 150 metros e avanzando 500 metros máis. (43°31'55" N - 7°56'39" O)



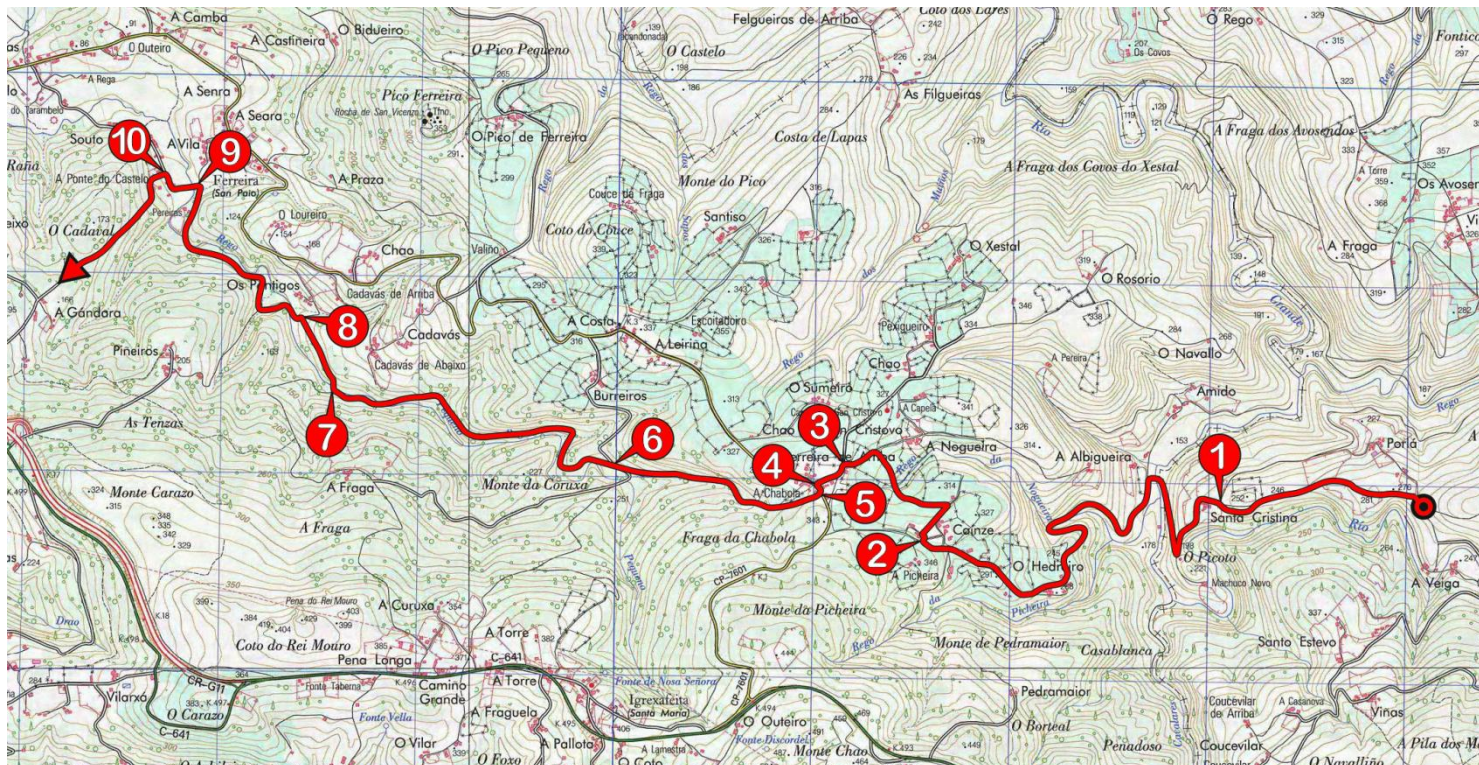
TC F: Ferreira - "Tomymobile.es" (10,700 Kms)

1ª Pasada: Peche - 17:06

Paso - 18:06

2ª Pasada: Peche - continúa

Paso - 20:58



Saída- Para acceder á saída deberemos situarnos na AC-110 (estrada de As Somozas), máis concretamente no seu quilómetro 14,350 no lugar de "A Rodela", e desviarnos xunto á marquesina. A 1200 metros atoparemos a saída. (43°30'27" N - 7°57'41" O)

1- No quilómetro 12,8 da AC-110, poderemos desviarnos por unha pista sen indicación en mal estado e tras percorrer 3,6 quilómetros chegaremos ó treito. (43°30'27" N - 7°58'26" O)

2- Temos varios accesos dende a AC-861 (Narón-As Pontes), estando o primeiro xusto no quilómetro 44, onde nos desviaremos na indicación "San Sadurniño 10", e circularemos pola DP-7601 durante 1,4 quilómetros para continuar cara a dereita no sinal de "Caínce" e chegar ó treito a 500 metros. (43°30'21" N - 7°59'34" O)

3- Na rotonda de San Sadurniño colleremos a saída con dirección "Ferreira" pola DP-7601, e avanzaremos ata o quilómetro 2, no que nos desviaremos seguindo a indicación "O Sumeiro". Percorrendo por esa pista 700 metros chegaremos a un cruce no que deberemos seguir de fronte (cara a dereita) e a 150 metros atoparemos a especial. (43°30'33" N - 7°59'51" O)

4- A opción máis cómoda que temos collendo a DP-7601 na rotonda de San Sadurniño como se describiu no acceso anterior é a de seguir por ela sempre de fronte e chegaremos ó treito, no quilómetro 1,5 da mesma. (43°30'30" N - 7°59'57" O)

5- Outra posibilidade para chegar á zona do punto anterior tamén parte do quilómetro 44 da AC-861, no que teremos que coller a DP-7601 (ó igual que no acceso número 2) no sinal de "San Sadurniño 10" e avanzando sempre de fronte atoparemos o treito a 1,5 quilómetros. (43°30'28" N - 7°59'56" O)

6- Incorporándonos á DP-7601 en San Sadurniño, avanzaremos ata superar o fito quilométrico 3 e tomaremos o desvío á dereita con indicación "Borreiros de Abaixo", percorrendo 250 metros para pasar polo medio dunhas casas e continuar por unha pista de terra 700 metros ata o treito. (43°30'33" N - 8°00'43" O)

7- Dende o lugar de "Igrexafeita", no quilómetro 45,8 da AC-861, (recoméndase ir pola AG-64, ata a saída 18), xunto ó "Bar Casa Casal", tomaremos unha pista con indicación "Coruxa, Fraga", pola que a 150 metros continuaremos cara a esquerda e despois de 2,5 quilómetros atoparemos o treito. (43°30'45" N - 8°01'47" O)

8- Temos máis opcións tomando a DP-7601 dende San Sadurniño, como a de alcanzar o quilómetro 5,5 e tomar unha pista á dereita con indicación "Os Pontigos, A Fraga, Piñeiros". A 450 metros chegaremos á especial. (43°30'57" N - 8°01'53" O)

9- Do mesmo xeito que no punto anterior, collendo a DP-7601 en San Sadurniño, circularemos ata o quilómetro 5,9 e xiraremos á dereita polo sinal de "A Vila", chegando ó treito por unha pista moi estreita despois de 350 metros. (43°31'19" N - 8°02'16" O)

10- No quilómetro 7,3 da DP-7601, xiraremos á dereita pola indicación de "Souto Calvo", e despois de 950 metros chegaremos á especial cronometrada. (43°31'21" N - 8°02'24" O)

Meta- Para acceder á chegada o recomendable é coller a saída 17 da AG-64, con indicación de "Narahío, Penavidreira" e na rotonda xirar á dereita, dirección "Narahío", xirando de novo á dereita a 50 metros pola indicación "A Gándara, Coto, Raña" e percorrermos 800 metros ata chegar a unha casa na que seguindo pola dereita atoparemos a chegada a 400 metros. (43°31'06" N - 8°02'44" O)