

<i>RUTA</i>	SENDA COSTERA (Muros de Nalón – Ruta de los Miradores)		<i>TIPO</i>	TRAVESIA
<i>LOCALIZACION</i>				
COSTA ASTURIANA				
<i>CONDICIONES</i>				
NO INVERNALES				
<i>DIFICULTAD GENERAL</i>				
BAJA				
<i>DIFICULTAD TECNICA</i>				
SIN DIFICULTAD				
<i>RECORRIDO APROX. (KMS)</i>				
4,5 KMS				
<i>DESNIVEL EN ASCENSO</i>				
180 M				
<i>DESNIVEL EN DESCENSO</i>				
200 M				
<i>HORARIO APROXIMADO</i>				
1 H 30 M				
<i>VALORACION M.I.D.E</i>				
	Medio. Severidad del medio natural	1	El medio no está exento de riesgos.	
	Itinerario. Orientación en el itinerario	1	Caminos y cruces bien definidos.	
	Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento	1	Marcha por superficie lisa.	
	Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario	2	De 1 a 3 horas de marcha efectiva.	
<i>POBLACION DE REFERENCIA</i>		MUROS DE NALON (ASTURIAS)		
<i>CARTOGRAFIA RECOMENDADA</i>		I.G.N. 0013 (AVILES) 1:50.000		
<i>FECHA DE REALIZACION</i>		AGOSTO 2014		

DESCRIPCION DE LA RUTA

La senda tiene una anchura de unos 1,5 a 3 metros, una longitud de 4.520 metros y el suelo es de cemento con losas irregulares de arenisca cuarcítica, se encuentran a lo largo del recorrido áreas de descanso con mesas y bancos para comer y/o descansar, miradores que se ubican al Norte de la ruta principal, cobertizos con bancos para protegerse en el caso que llueva, **fuentes de agua potable** y **planos de señalización**, indicando en qué lugar te encuentras etc.

El recorrido se inicia a unos 70 m. al Este del extremo oriental de la **Playa de Aguilar**. Al inicio se puede apreciar la belleza de la Playa de Xilo a la que se puede acceder a través de 49 m. de escaleras, pero la ruta comienza en ascenso en zigzag penetrando en una mata (pequeño bosque o plantación) de Eucaliptus y a los 490 m. se encuentra el castro de El Campón y un mirador donde se puede admirar los acantilados sobre el Mar Cantábrico y las playas de Xilo y Aguilar.

La primera fuente se encuentra en el alto de las Llanas a unos 1.250 m. del punto inicial, que dispone de una Área de Descanso y a unos 150 m. se encuentra el Mirador de los Glayos que da vista a las playas de las Llanas y de la Cazonera.. Las paredes son abruptas con desniveles de 60 a 100 m. y se pueden encontrar en los altos, poleas que se utilizaron antaño para subir el ocle (alga marina), que se esparcía para secarla por los campos de la rasa (se denomina así una zona llana de unos 3.000 a 5.000 m. de anchura que se extiende en el litoral asturiano y que se elevó, en diversas fases tectónicas, hacia la mitad de la Era Terciaria. En general los acantilados son de mayor altura en el Centro y Occidente de Asturias). Después se pasa sobre 2 puentes de madera iniciándose una fuerte pendiente, por el bosque de Reborio con eucaliptos, castaños, laurel etc. a los 3.040 m. llegamos al Mirador de La Atalaya desde el cual se aprecia cómo se adentran los estratos de arenisca en el Mar, que son muy batidos por él lo que favorece el asentamiento de percebes, cuya peligrosa pesca está restringida según indican a lo largo de la senda, los carteles del Principado de Asturias.

Después de un llano y en suave descenso se llega a un Área recreativa con un pequeño pinar y da vista a la blanca ermita del Espíritu Santo (a 4.080 m. del inicio) venerada por los vecinos de San Esteban de Pravia y Muros del Nalón. A unos 80 m. más al Norte se encuentra el Mirador del Espíritu Santo que al Este divisa la desembocadura del río Nalón, el nuevo espigón del puerto de San Esteban, La Arena y la playa de los Quebrantos, que sigue sin interrupción y es denominada de Bayas ya en el término municipal de Castrillón.

Hacia el occidente se divisa Cudillero, Cabo Video y los acantilados. A partir de éste Mirador se puede volver por el mismo itinerario y aquellos que se sientan fuertes pueden ampliar el itinerario hasta S.Esteban de Pravia recorriendo los 444 escalones de bajada, en cuyo final se abre la desembocadura del río Nalón.

ACCESO: De Avilés (Km. 0) parte la carretera Nacional 632 con dirección a Galicia y las poblaciones que se encuentran son Salinas (Km. 6), Soto del Barco (Km.. 17), que se cruza con la carretera AS-633 que comunica al N. con San Juan de la Arena (a 3 km.) y al S. con Pravia (a 8 Km.). Prosiguiendo por la N-632 Muros del Nalón (Km. 21), para llegar a ésta población después de coronar la loma que sigue al puente sobre el río Nalón, a unos 300 m. queda el pueblo de Somao, pero hay que desviarse a mano derecha y a unos 200 m. tomar una carretera estrecha a mano izquierda (AS-317) que conduce a la Playa de Aguilar (Km. 24) en donde hay un amplio aparcamiento, para dejar el vehículo. Siguiendo ésta carretera se llega a Cudillero (Km.29) visita obligada.

Adrián Benito

PERFIL DE LA RUTA



