



CONÉCE E CAMIÑA



22 de FEBRERO de 2026

MALPICA-BEO

(A CORUÑA)



Descrición.

O monte Beo elévase como unha barreira natural que separa do mar as chairas de Malpica e Ponteceso. Aínda que o seu cumio só alcanza os 181 metros de altura, ofrecenos unhas impresionantes vistas tanto do interior (Monte Neme, Serra de Montemaior, Montes do Castelo, Pico Meda, Monte Perrol, Montes do Gontón, Monte do Faro e Monte Nariga) como da costa, dende Punta Nariga ata o Cabo Prior.

Ao longo da zona costeira pola que transcorre a nosa andaina destacan as praias de Area Maior, Canido, A Seaia e Beo, pero sobre todo as illas Sisargas. Aínda que os veciños de Malpica sempre lle chamaron “a Illa”, as Sisargas son un arquipélago formado por tres illotes independentes: a Grande, a Chica e a Malante. Dende o pequeno embarcadero da Sisarga Grande, ao lado da praia, parte un sendeiro ata o faro. Pola súa situación, é o primeiro da Costa da Morte, ou o último, se se vai cara ao Norte. Construído en 1853, é un dos faros máis antigos desta costa xunto co de Fisterra. As Sisargas son un importante refuxio para as aves mariñas, algunhas delas en perigo de extinción e zona de paso para aves migratorias. De feito, o arquipélago está declarado Zona de Especial Protección para as Aves (ZEPA) dentro do LIC Costa da Morte – Rede Natura 2000. Tamén son moitas as especies de flora endémicas como varios tipos de Armeria marítima (Namoreira ou herba de namorar) que tinguen de rosa as illas durante a floración estival.

Baixamos do autobús en Malpica, con todo o noso equipo de sendeirismo, onde pararemos para mercar pan e tomar café. Dende aquí, sempre abrazando a costa, dirixímonos cara á capela de Santo Hadrián onde celébrase a popular romaría o 16 de xuño, que comenza coa saída en procesión dende a igrexa parroquial de San Xulián de Malpica, onde está o santo durante todo o ano, cara a pequena capeliña. A tradición di que cura as doenzas do corpo, tras escoitar a misa, e tradición a doazón dunha figura de cera que representa a parte doente do corpo. Hai postos de venda de exvotos no camiño ata a capela, e as figuras déixanse dentro da mesma. Perto hai una fonte que cura as verrugas, para eso basta con lavalas cun pano que se deixa secar o seu carón.

Deixamos a costa para subir ao cumio do monte Beo e, desde alí, baixamos ata a aldea do mesmo nome. En Beo, hai unha zona de merendeiro xusto ao lado da praia, con mesas e unha fonte, onde pararemos a xantar. Dende aquí, pola costa, voltamos cara Santo Hadrián, moi perto está o IES Urbano Lugrís onde no espera o autobús.

Distancia: 17 Km.

Ascenso total: 450 m.

Descenso total: 405 m.

Dificultade técnica: Baixa.

Dificultade física: Media.

Teléfono: 981 213115

Correo: artabros@artabros.org



