RED DE PUEBLOS
DEL SURF

CATÁLOGO DE
ACTIVIDADES SOSTIBLES
TEMATIZADAS DE

surf e gastro nomía

Financiado por la Unión Europea
NextGenerationEU

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE INDUSTRIA Y TURISMO

Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia

concello de CARBALLO

INTRODUCIÓN **04**

MAPA **04**

CATÁLOGO. O territorio **05**

CARBALLO **06**
- Produtos
- Feiras
- Carballo nun día. Dúas experiencias únicas para descubrir a súa esencia
  · *Da fariña á mesa. Carballo a través do pan*
  · *Ondas, sabores e cores. A esencia de Carballo*
- Eventos de surf

MANCOMUNIDADE DE CONCELLOS DA COMARCA DE FERROL **12**
- Produtos de Ferrolterra
- Feiras
- Ferrolterra nun día. Descubre o encanto das rías
  · *Sabores de mar e ondas da historia*
  · *Historia, surf e sabores de Ferrolterra*
- Eventos de surf

CASTRILLÓN **18**
- Produtos
- Feiras
- Castrillón. Industria, natureza e autenticidade
  · *Surf, tradición e patrimonio industrial*
  · *Surf e natureza salvaxe*
- Eventos de surf

RIBAMONTÁN AL MAR **24**
- Produtos
- Feiras
- Ribamontán Al Mar nun día. Entre cantís e a Llanura Litoral
  · *Entre ondas e cantís. Sabores do mar*
  · *Ondas, historia e paisaxe*
- Eventos de surf

GETXO **30**
- Produtos
- Feiras
- Getxo nun día. Mar, historia e sabor
  · *Das ondas ao Flysch: esencia de Getxo*
  · *Surf, pintxos e historias: vive Getxo desde o mar ás súas raíces*
- Eventos de surf

CATÁLOGO_Receitas 36

- **Raia frita e patacas "da Tilla" 37**
Tatiana Varela Fernández. Carballo, A Coruña (Galicia)

- **A sardiña molla o pan 38**
Tatiana Varela Fernández. Carballo, A Coruña (Galicia)

- **Vieira frita con fariña de millo sobre emulsión de cebola tenra, touciño de porco celta e xamón crocante ..39**
Miguel A. Campos. Restaurante A Gabeira, Valón, Ferrol (Galicia)

- **Choco da ría á Ferrolá con arroz estufado 40**
Miguel A. Campos. Restaurante A Gabeira, Valón, Ferrol (Galicia)

- **Arroz con boletus 41**
Macarena García. Casa Nuevo. Pillarno, Castrillón (Asturias).

- **Borrachinos. 42**
Pilar Bottamino. Casa de comidas La Esperanza. El Puerto (Asturias)

- **Risotto de cachón na súa tinta 43**
Cociñeiro: Alfonso Ruigomez. Bonobo Bar Restaurante. Barrio La Pola, Suesa (Cantabria)

- **Albóndegas de bonito. 44**
Cociñeiro: Alfonso Ruigomez. Bonobo Bar Restaurante. Barrio La Pola, Suesa (Cantabria)

- **Arroz cremoso de vieiras e carabineiros. 45**
Javier Izarra. Restaurante Tamarises Izarra. Muelle de Ereaga, Getxo (Vizcaya)

- **Suprema de pescada con cigaliña albardada e o seu consomé 46**
Javier Izarra. Restaurante Tamarises Izarra. Muelle de Ereaga, Getxo (Vizcaya)

INFORMACIÓN PRÁCTICA 47

- **CARBALLO 48**
Praias / Escolas de surf / Como chegar / Onde durmir / Turismo de Carballo

- **MANCOMUNIDADE DE CONCELLOS DA COMARCA DE FERROL 50**
Praias / Escolas de surf / Como chegar / Onde durmir / Turismo de Ferrolterra

- **CASTRILLÓN 53**
Praias / Escolas de surf / Como chegar / Onde durmir / Turismo de Castrillón

- **RIBAMONTÁN AL MAR 55**
Praias / Escolas de surf / Como chegar / Onde durmir / Turismo de Ribamontán Al Mar

- **GETXO 58**
Praias / Escolas de surf / Como chegar / Onde durmir / Turismo de Getxo

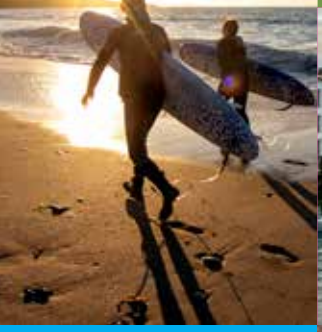
Intro

Benvida, benvido, á Rede de Pobos do Surf, unha iniciativa dos concellos de Carballo, Castrillón, Ribamontán Al Mar, Getxo e a Mancomunidade de Concellos da Comarca de Ferrol. Cinco destinos que comparten a paixón polo surf, a beleza das súas paisaxes costeiras e a riqueza das súas tradicións. Este catálogo é un convite a mergullarse na diversidade e singularidade de cada territorio, onde a natureza, a cultura, e a gastronomía crean experiencias inesquecíbeis.

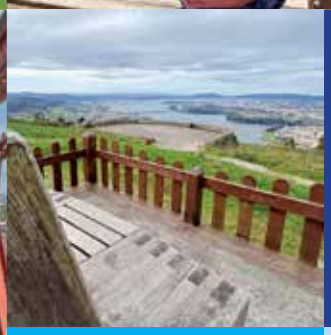
O noso obxectivo con esta guía é ofrecerche propostas que combinen a práctica sostíbel do surf coa posta en valor dos recursos locais, fomentando un turismo respectuoso coa identidade de cada lugar. A través destas rutas e actividades, búscase desconcentrar o turismo das zonas máis coñecidas, achegándote a espazos interiores que gardan auténticos tesouros. Ao mesmo tempo, promovemos a colaboración entre comunidades, impulsando iniciativas que beneficien tanto ás persoas visitantes como ás que habitan cada lugar.

Prepara a túa táboa de surf, o calzado cómodo e as ganas de descubrir. Este catálogo guía está deseñado para inspirarte e axudarte a planificar xornadas cheas de aventura, sabor e conexión co medio.

Dálle a benvida a un mundo de ondas, sabores e paisaxes que non esquecerás.



O TERRITORIO



CARBALLO

Situado no corazón da Costa da Morte, Carballo combina a forza das súas ondas co carácter auténtico da súa gastronomía e as súas tradicións. As súas praias, como Razo e Baldaio, son un paraíso para os surfeiros, mentres que o seu mercado e a súa oferta cultural conectan aos visitantes cos sabores locais e a historia do territorio.

Produtos de Carballo

Carballo, no corazón de Bergantiños, é un territorio onde a tradición e os produtos de calidade convértense en sinais de identidade. Entre os seus emblemas gastronómicos destaca o afamado **pan de Carballo**, elaborado a partir do trigo da comarca, que dá como resultado un produto recoñecido en toda Galiza. Este mesmo compromiso coa tradición tamén se reflicte na **empanada**, preparada con múltiples recheos e que fai as delicias dos padais máis esixentes.

Para os amantes do doce, **o pan de ovo** é unha alternativa irresistible. Semellante ao roscón de Reis, este produto está dispoñíbel durante todo o ano, sendo perfecto para acompañar calquera celebración ou merenda especial.

E como non podía ser doutro xeito, a riqueza da Costa da Morte tamén chega a Carballo a través dos seus **peixes frescos**. Procedentes dos portos de Razo, Caión, Malpica, Laxe, Corme e mesmo da lonxa da Coruña, estas capturas son un reflexo da conexión do territorio co Atlántico, ofrecendo o mellor do mar en cada bocado.

En Carballo, cada produto é un convite a descubrir a historia e os sabores dunha terra que aposta pola excelencia.

Feiras de Carballo

As feiras en Carballo son un reflexo vivo da súa cultura e tradición, un espazo onde se mesturan os mellores produtos locais coa hospitalidade da súa xente. Desde o mercado semanal ata eventos destacados ao longo do ano, estas citas ofrecen unha oportunidade única para descubrir os sabores da comarca de Bergantiños, a artesanía e a vitalidade dun territorio orgulloso das súas raíces.

Mercado de Carballo
(Pz. do Concello s/n).
Nel poden atoparse produtos da zona (pan, patacas, peixes da Costa da Morte, carnes de gandeiros locais, legumes e verduras).
L-V de 08-14 e de 17-22h,
S de 8.30-14h; D de feira de 8.30 a 15h

Mercado tradicional
Nel atópanse produtos de horta e excedentes. Todos os xoves, nos arredores do mercado.

Feira (2º e 4º domingo de mes) e Feirón (5º domingo de mes)
Mercado con produtos de alimentación, roupa, calzado, complementos, artigos para o fogar, étc.

Festa do Berberecho en Baldaio
(agosto)
Festa gastronómica de exaltación do berberecho

Festa do Mexillón en Santa Irene do Castrillón (Lema) e Festa do Pichorro en Cances
(agosto)

Carballo nun día:
dúas experiencias únicas para descubrir a súa esencia

Carballo é un destino que combina natureza, cultura a gastronomía, ofrecendo vivencias inesquecíbeis para todos os gustos. Presentámosche dúas propostas ideais para aproveitar ao máximo un día nesta terra de contrastes: desde rutas que conectan coas tradicións locais até experiencias que mesturan arte, sabores e paisaxes únicos. Escolle a túa aventura e déixate sorprender pola maxia de Carballo.

Da fariña á mesa: Carballo a través do pan

Descubre Carballo desde unha perspectiva única, seguindo os pasos dun dos seus produtos máis emblemáticos: o pan. Este percorrido invita a vivir unha experiencia que combina tradición, sabor e cultura. Comeza a xornada no mercado municipal, onde a actividade cotiá e os produtos locais contan historias dun pasado e presente cheo de autenticidade.

Despois dunha parada para xantar nalgúns dos establecementos que traballan os produtos locais, a xornada culmina cun paseo pola Ruta dos Muíños de Pan. Este percorrido, de 8,5 quilómetros e baixa dificultade, transcorre ao longo do río Anllóns, unindo os antigos muíños que marcaron a historia da produción de fariña na zona. Unha oportunidade única para conectar coa relación entre a auga, a terra e o pan que define a tradición de Carballo. Esta experiencia, que une o pasado e o presente, é perfecta para os amantes da natureza, a gastronomía e a historia.

Ondas, sabores e cores: A esencia de Carballo

Vive Carballo desde tres perspectivas fascinantes: o dinamismo das súas ondas, a riqueza da súa cociña local e a creatividade da súa arte urbana. Comeza o día cunha clase de surf na praia de Razo, onde as súas ondas ofrecen un escenario perfecto tanto para iniciarse como para perfeccionar a técnica. Despois, desfruta dun xantar que combina os sabores máis auténticos da terra con produtos locais de proximidade.

Para pechar a xornada, adéntrate no mundo do muralismo co proxecto Derrubando Muros. Desde 2013, esta iniciativa de arte urbana transformou Carballo nun museo ao aire libre, con paredes, muros e edificios que contan historias a través de propostas artísticas variadas e innovadoras. Durante o percorrido, descubrirás como estas intervencións rexeneraron espazos deteriorados, enchendo o concello de vida e cor. Se visitas Carballo na primavera, poderás atoparte co Rexenera Fest, un festival de arte urbana de prestixio internacional que reúne muralistas de renome e actividades complementarias para todos os públicos.

Unha experiencia única que une natureza, sabor e arte nun só destino.

Eventos de surf en Carballo

WSL Cabreiroá Junior Pro Razo (setembro)
Prestixioso evento de surf dirixido a xoves talentos. Reúne promesas do surf de todo o mundo.

MANCOMUNIDADE DE CONCELLOS DA

COMARCA DE FERROL

A Mancomunidade está composta polos concellos de Ares, Cabanas, Cedeira, Fene, Ferrol, Mugardos, Narón, Neda e Valdoviño.

Ferrolterra ofrece unha experiencia única, onde as ondas do Atlántico, a tradición mariñeira e a beleza da súa paisaxe costeira converxen. Desde os mariscos frescos das súas rías, até os espazos históricos e naturais, este territorio é un punto de encontro entre a cultura, a gastronomía e o surf.

Produtos de Ferrolterra

Pemento do Couto
Son froitos da especie Capsicum annuum L, cunha carne de textura fina, sabor doce, lixeiramente herbáceo e sen picor. Están amparados pola IXP Pemento do Couto.
A partir de finais de xuño

Mariscos, polbo e peixe
Diversa variedade de marisco (ameixa, zamburiña, berberecho, ostras...), polbo e peixe, procedente das confrarías e lonxas da zona.
Todo o ano.

Pan de Neda
Ten a súa orixe na necesidade de o abastecer ao persoal vencellado á base naval e estaleiros da ría, aproveitando a fariña moída nas augas do río Belelle. As "bolachas" mantíñanse comestíbeis durante varias semanas.
Todo o ano.

Feiras de Ferrolterra

As feiras e mercados de Ferrolterra son o mellor escaparate dos produtos da comarca, e un reflexo vivo da súa tradición. Mariscos e peixes frescos, xunto cos produtos da horta, conectan coa esencia desta terra mariñeira, que celebra festas de exaltación gastronómica únicas.

Mercado da Magdalena (Ferrol)
Na nave da Peixería atópanse peixes e mariscos, en función da tempada; e noutra nave aloxa carnizarías, postos de hortalizas e froitas. L-S de 05.00 a 16. 00 h, e domingos de feira (terceiro domingo do mes) de 07.00 a 15.00h.

Mercado Municipal de Ares
Postos variados de produtos de alimentación, que inclúen verduras e hortalizas, peixes e carnes. L-V de 08.00 a 15.00h.

Mercado de San Telmo en Mugardos
Gran oferta de produtos, incluíndo froitas, verduras, carnes e peixes.

Feira da pataca de Valdoviño
(anual, agosto)

Feira: Feira de Neda (quincenal), Feirón de Neda (mensual), Feirón de Cedeira (mensual), Feirón de Santa Icía - Narón (mensual), mercadillo de Perlío - Fene (quincenal), mercadillo de Valdoviño (mensual), mercadillo de Ares (semanal), Feira do 21 - Cabanas (mensual).

Festas gastronómicas
- Festa do polbo e Mugardos (xullo).
- Festa do pan de Neda (agosto-setembro).
- Festa do percebe de Cedeira (agosto).
- Festa mariñeira de Fene (agosto).
- Festa do marisco de Ferrol (marzo).
- Festa do pemento do Couto en Narón (xullo).

Ferrolterra nun día:
descubre o encanto das rías

Ferrolterra combina a beleza do Atlántico máis vivo coa tranquilidade das súas recollidas rías. Nun só día poderás descubrir a súa esencia a través de experiencias que mesturan o sabor dos seus produtos locais, o impacto da súa historia naval e a conexión coa natureza. Propoñémosche dous percorridos que celebran a cultura, o surf e gastronomía deste territorio.

Sabores de mar e ondas de historia: Experiencia en Ferrolterra

Embarca nunha viaxe por Ferrolterra, onde o mar conecta tradición, gastronomía e surf. Comeza o día explorando a Confraría de Barallobre, onde coñecerás o traballo das mariscadoras e o proceso de sementado, produción e venda da ameixa, berberecho e outros mariscos da zona. A continuación, degusta o emblemático polbo á mugardesa no Porto de Mugardos, acompañado dun viño da terra.

Prosegue a xornada cun paseo en barco pola ría de Ferrol. Durante a travesía, descubrirás a historia naval da ría a través das súas paisaxes únicas, con vistas aos castelos de San Felipe e A Palma, que xogaron un papel clave na defensa costeira. Finalmente, remata a xornada no Museo do Surf de Valdoviño, un espazo único dedicado á cultura das ondas e o seu impacto na identidade local. Unha ruta para saborear, explorar e aprender.

Historia, surf e sabores de Ferrolterra

Descubre a esencia de Ferrolterra nunha xornada que combina historia, aventura e gastronomía. Explora os restos das baterías de costa en Montefaro, situadas nun enclave estratéxico con vistas espectaculares ás rías de Ferrol e Ares, e testemuñas do legado histórico naval da comarca.

Despois desta inmersión histórica, diríxete á icónica praia de Pantín, recoñecida internacionalmente por albergar algunhas das mellores ondas do mundo e ser o epicentro do surf en Galiza. Para culminar este día único, desfruta dunha cea degustación, onde os produtos de proximidade e a creatividade gastronómica converxen para reinterpretar os pratos tradicionais, convertendo cada bocado nunha homenaxe aos sabores locais. Unha experiencia que conecta pasado, presente e futuro nun entorno incomparábel.

Eventos de surf en Ferrolterra

WSL Abanca Pantín Classic Galicia Pro (outono)

É un dos eventos de surf máis emblemáticos de Galiza e do panorama mundial do surf. Desde os seus inicios, nos 80, atraeu surfistas internacionais, téndose convertido nunha cita esencial do circuíto mundial WSL.

Gadis Longboard Festival (xuño)

Mundial WSL de Longboard. A modalidade máis clásica de surf celébrase na praia da Fragata, con actividades complementarias.

CASTRILLÓN

Castrillón, terra de ondas e paisaxes inigualábeis, ofrece unha conexión única entre a natureza e a tradición. Desde as praias de Salinas e Bayas até a Mina de Arnao e os sabores únicos da cociña asturiana, este territorio combina a aventura coa riqueza do seu patrimonio cultural e gastronómico

Produtos de Castrillón

Castrillón é un destino onde o mar e a montaña atópanse na súa gastronomía. Os seus **peixes e mariscos do Cantábrico**, xunto cos de río como **a troita, o salmón ou a angula**, destacan pola súa frescura. A fabada ou pote asturiano son pratos imprescindíbeis, igual que as sobremesas, entre as que destacan os frixuelos, o **arroz con leite**, o **requeixo** ou as **casadiellas**. E para acompañar, nada mellor ca unha boa **sidra**, símbolo de Asturias.

Feiras de Castrillón

Mercado semanal de Piedras Blancas
Celébrase os mércores, inclúe postos de alimentación, roupa e rastro.

Mercado Ecolóxicu de Raíces
Terceiro sábado de mes, entre maio e outubro. Postos de alimentación e produtos ecolóxicos

Festas gastronómicas
- ***Concurso Gastronómico de Tapas de Setas***
  (outubro – novembro). Organizada pola "Asociación Gastromicológica El Yesqueru".

- ***Famous Wine Festival*** (xuño). Festival de viños famosos da Comarca de Avilés, coa participación de varios establecementos de Castrillón.

Castrillón nun día:
industria, natureza e autenticidade

Castrillón ofrece unha experiencia única onde se mesturan as ondas do Cantábrico coa esencia dunha vila marcada pola súa historia industrial e a súa natureza auténtica. A través destas rutas dun día, descubrirás paisaxes costeiras de gran beleza, probarás a súa gastronomía local e te mergullarás na autenticidade dun territorio que combina tradición e modernidade.

Surf, tradición e patrimonio industrial

Adéntrate na historia e cultura de Castrillón cunha experiencia que combina deporte, gastronomía e patrimonio industrial. Comeza a xornada na emblemática praia de Salinas, un paraíso para os amantes do surf, onde as ondas ofrecen un reto perfecto tanto para principiantes como para expertos. Desfruta despois dun xantar tradicional asturiano, no que a sidra e os pratos locais serán os protagonistas.

Culmina o día cunha visita guiada ao Museo da Mina de Arnao, o primeiro complexo mineiro submarino de España. Coñecerás o funcionamento da mina, explorarás os seus túneles e pasearás polo poboado obreiro do século XIX, revivindo a memoria da historia mineira asturiana.

Surf e natureza salvaxe

Vive a conexión coa natureza indómita de Castrillón nunha xornada que mestura a adrenalina do surf coa tranquilidade dos seus espectaculares paisaxes costeiros. Comeza na praia, cunha sesión de surf adaptada a todos os niveis, onde poderás gozar das ondas mentres sentes o poder do Cantábrico. Ao mediodía, regálate un menú degustación que destaca polos sabores de proximidade, cunha cociña que honra os produtos locais.

Pola tarde, prepárate para unha inmersión na biodiversidade coa ruta guiada interpretativa pola costa. Partindo do Playón de Bayas, o areal máis longo de Asturias, camiñarás entre cantís e vexetación autóctona, desfrutando das mellores vistas á Illa de Deva e á súa contorna protexida, un espazo cheo de vida e beleza natural.

Eventos de surf en Castrillón

Salinas Longboard Festival (xullo)

Festival Longboard Surf e Skate en Salinas que leva máis de 20 edicións e foi declarada Festa de Interese Turístico. Inclúe programación musical e rastro de surf, entre outras actividades.

Surf, Music & Friends (agosto)

Festival gratuíto de deporte, sostibilidade e ocio arredor da cultura do surf. Inclúe actividades de divulgación e infantís, música, cinema, presentacións e competicións deportivas.

RIBAMONTÁN AL MAR

Ribamontán Al Mar é un destino imprescindíbel para os amantes do surf e as paisaxes espectaculares. Aquí, praias emblemáticas e os impresionantes cantís do Cantábrico compleméntanse cunha rica tradición gastronómica baseada nos peixes e mariscos frescos da rexión.

Produtos de Ribamontán Al Mar

Peixes e mariscos
Especies variadas, incluíndo robalizas, cabrachos, bocartes e sardiñas (sardiñas asadas, pescada en salsa verde, maganos encebolados). Nos mariscos destacan os percebes e as ameixas. Todo o ano.

Vacún
É a carne por excelencia de Cantabria, criado nos seus verdes pastos con técnicas tradicionais. Entre as preparacións máis populares atópanse o chuletón e os estufados.

Feiras de Ribamontán Al Mar

Feria Agroalimentaria de Ribamontán Al Mar (Galizano, maio)
Nesta celebración anual, poderás explorar unha ampla exposición e venda de produtos locais de Cantabria, desfrutar de degustacións que destacan os sabores da rexión e participar en talleres. E todo ilo, amenizado con actuacións musicais que animan a xornada.

Ribamontán Al Mar nun día: entre cantís e a Llanura Litoral

Ribamontán Al Mar é o destino perfecto para desfrutar dunha xornada chea de experiencias únicas. Este territorio cántabro combina praias ideais para o surf, paisaxes diferenciais e unha rica oferta gastronómica que conquista até os padais máis esixentes. Con estas dúas propostas poderás descubrir o seu encanto e conectar coa súa esencia mariñeira e rural.

Entre ondas e cantís: sabores do mar en Ribamontán

Descubre a esencia de Ribamontán Al Mar cunha proposta que mestura a enerxía do surf, o maxestuoso dos seus cantís e a riqueza da súa gastronomía mariñeira. A aventura comeza pola mañá, desafiando as ondas nunha das súas praias icónicas, de augas cristalinas e unha paisaxe que crea o ambiente ideal para conectar co Cantábrico.

Tras a actividade, é o momento de gozar dun menú degustación inspirado no mar, co peixe como gran protagonista.

A xornada culmina cunha ruta polos cantís costeiros, onde a natureza amosa o seu lado máis salvaxe e impresionante. Desde os seus miradoiros, contemplarás vistas panorámicas que capturan a inmensidade do Cantábrico. Unha experiencia inesquecíbel!.

Ondas, historia e paisaxe: Ribamontán Al Mar.

Este percorrido convídanos a vivir un día cheo de contrastes, onde o surf, a cultura e a natureza se entrelazan de maneira única. Comeza a xornada cunha emocionante sesión de surf nas súas praias para desfrutar da emoción das ondas que rompen entre dunas e cantís.

Continúa explorando o Santuario de Nuestra Señora de Latas, un lugar cargado de historia, espiritualidade e arte sacra. E tras un xantar a base de produtos locais, finaliza a xornada cun tranquilo percorrido pola Llanura Litoral, un paraxe único que conecta o mar e a terra.

Eventos de surf en Ribamontán Al Mar

Surf Open

Un dos eventos máis importantes e lonxevos do panorama surf nacional (organizado pola Escuela Cántabra).

Campionato de España Universitario (CEU) Surf

Celebrou a súa primeira edición 2024, e xunta estudantado chegado de diversos territorios.

GETXO

Getxo, coa súa mestura única de cultura, deporte e gastronomía, convida a explorar as súas ondas, saborear os seus pintxos e descubrir a súa historia a través de rutas polo Puerto Viejo, a Ponte Biscaia e os seus paisaxes costeiros. Unha experiencia que combina modernidade e tradición nun entorno incomparábel.

Produtos de Getxo

Pintxos
Ruta dos pintxos, na que se pode desfrutar dunha gran variedade de elaboracións, desde os pintxos máis tradicionais ata as creacións máis innovadoras. Todo o ano. No seguinte enlace atopamos unha proposta de bares de pintxos: ***https://i.gal/pintxosgetxo (pdf)***

Peixes
Getxo especialízase polos seus peixes á grella, unha selección de peixe fresco perfectamente cociñado con ese toque especial que só a grella pode ofrecer. Todo o ano.

Feiras de Getxo

BIO Getxo (Feira de Agricultura Ecolóxica) (setembro)
Trata de promover a produción e consumo saudábel de produtos ecolóxicos (froitas, hortalizas, queixos, marmeladas, pan, aceites, kombucha e txakoli).

ITSAS FEST (Festival del Mar de Getxo)
Catas e talleres gastronómicos, actividades de aventura, etc.

Mercado de San Lorenzo en Getxo (10 de agosto)
Feira na que se expoñen e venden produtos de caserío. Tamén se fan concursos de hortalizas, queixos e plantas (Pz. San Nicolás de Algorta).

Getxo nun día:
mar, historia e sabor

Getxo, coa súa riqueza natural e cultural, ofrece experiencias únicas a quen a visita. Estas dúas rutas que che propomos, lévante desde as emocionantes ondas ata a formacións rochosas únicas, sen esquecernos da exquisita gastronomía e as historias locais. Descubre o verdadeiro espírito de Getxo con estas rutas inesquecíbeis.

Das ondas ao Flysch Biscaia: esencia de Getxo

Somérxete na esencia e riqueza de Getxo cunha experiencia que combina deporte, gastronomía e natureza. Comeza o día surcando as ondas da praia de Barinatxe / La Salvaxe, un lugar ideal para os amantes do surf, tanto principiantes coma expertos. Despois dunha mañá chea de adrenalina, continúa cunha ruta de pintxos polos mellores bares locais, onde cada bocado é unha homenaxe aos sabores máis auténticos de Euskadi.

A continuación, adéntrate no Flysch Biscaia, unha xoia xeolóxica formada durante millóns de anos. As súas impresionantes formacións rochosas, que se estenden ao longo da costa, son un verdadeiro paraíso para os amantes da xeoloxía e a fotografía. Ao longo desa costa, descubrirás puntos históricos como o Muíño de Aixerrota, unha construción singular con vistas privilexiadas, ou o forte de La Galea.

Surf, pintxos e historias: vive Getxo desde o mar ás súas raíces

Explora Getxo nunha xornada que combina aventura, gastronomía e cultura. Inicia o día desafiando as ondas na emblemática praia de La Salvaje. Despois de gozar do mar, participa nun taller de cociña en familia, onde poderás descubrir algúns dos segredos culinarios locais. A continuación, deleita o teu padal cun menú degustación que recolle os sabores máis auténticos da rexión, ofrecéndoche unha experiencia gastronómica única.

Descobre a maxestosa Ponte Biscaia, Patrimonio da Humanidade pola súa impresionante arquitectura e historia. E para completar a túa xornada, viaxa ao pasado cunha visita teatralizada ás orixes do Puerto Viejo, unha experiencia inmersiva que che permitirá coñecer de preto a historia marítima e as tradicións de Getxo.

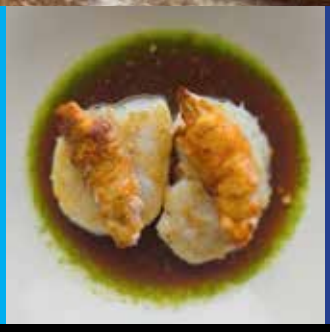
Eventos de surf en Getxo

Punta Galega Challenge (outono)

Aproveita a onda única que se forma en La Galea. É recoñecida por ser unha onda xigante que chegou a estar no calendario mundial deste tipo de eventos.

Surf Film Festival

O festival ofrécenos unha selección do mellor cinema de surf internacional. Ademais das sesións de cinema, o festival conta cun amplo programa de actividades gratuítas como exhibicións deportivas, unha marcha solidaria, obradoiros, concertos e un montón de sorpresas máis.



AS RECEITAS

Raia frita e patacas “da Tilla”

Cociñeira: Tatiana Varela Fernández. Carballo, A Coruña (Galicia).

Ingredientes: 400 gr. de raia limpa // 225 gr. de fariña de trigo + 100 gr. // 330 gr de cervexa Estrella Galicia // 5 gr. de lévedo químico // 20 gr. de vodka // 500 gr. de aceite de xirasol // 2 ovos cocidos // 2 pementos do Piquillo / 3 cogombros encurtidos (pepinillos) // 3 patacas de Coristanco pequenas // 1 corazón de leituga // Sal.

Ingredientes (adobo): 120 gr. de vinagre // 100 gr. de zume de limón // 2 dentes de allos pelados // Pirixel fresco picado.

Elaboración:

1_Limpar a aleta da raia, sacar os dous lombos sen espiña e cortar en 4 anacos. Meter no adobo durante 2 horas.

2_Facer a maionesa cun ovo cocido, os pementos do Piquillo, sal e limón e montar con *túrmix* engadindo pouco a pouco o aceite de allada. Picar o outro ovo e os cogombros encurtidos en cadrados pequenos e mesturar coa maionesa.

3_Pasar brevemente as patacas por auga e, con pementa, aromáticas e un pouco de aceite, envolvelas en papel de aluminio. Asalas a 190°C durante 30 – 40 minutos. Opción máis “á Tilla” será asalas á brasa sen lavar e sen pelar.

4_Limpar o corazón de leituga en auga con xeo e limón 10 minutos. Escorrer ben, cortar en 2 e aliñar con aceite virxe, vinagre de Xerez, alfábega, sal e guindilla picada fina.

5_Nun bol mestúrase a fariña co lévedo e o sal, e por último engádense os alcohois até que se consegue unha masa homoxénea.

6_Escorrer os anacos de raia do adobo e enfariñar cos 100 gramos de fariñas restantes. Sacudir o exceso e introducir na masa. Fritir en aceite de xirasol ben quente. Sacar do aceite a un papel absorbente.

A sardiña molla o pan

Cociñeira: Tatiana Varela Fernández. Carballo, A Coruña (Galicia).

Ingredientes: 500 gr. de sardiña // 500 gr. de xeo // 500 gr. de auga // 250 gr de viño branco D.O. Ribeiro // 200 gr. vinagre de viño // 100 gr. de vinagre de Xerez // 125 gr. de sal // 3 tomates // 1 lata de olivas negras // 2 rabanetes // C/S manteiga // C/S pel de limón // 1 tallo de hortelá // 1 litro de aceite de oliva virxe.

Elaboración:

1_Preparamos dous recipientes con auga e xeo. Introducimos toda a sardiña nun durante uns minutos, para quitar as escamas raspando cun coitelo e sacar a tripa e a cabeza. As limpas bótanse noutro recipiente. Logo sácase a espiña e os dous lombos.

2_Para a mariñada trituramos sal, xeo, os vinagres, o viño e a auga e e deixa nesta sobre 5 – 6 horas. Depende do punto que gusten, poden deixarse máis tempo.

3_Mentres tanto, córtanse en chouchiñas dun centímetro de grosor unha barra ou bola de Pan de Carballo, úntase cun pouco de manteiga ou cunha noz queixo do País, e se enforna a 190ºC uns 15 minutos.

4_Retíranse as sardiñas da mariñada e consérvanse en aceite de oliva virxe até cubrir. Engadir un pouco de fiúncho para aromatizar.

5_Pélanse e córtanse os tomates, en *concassé*, e as olivas negras nunha *brunoise* fina, mestúranse e alíñanse ao gusto.

6_Previo a montar a tosta, córtase a sardiña laminada, escóllense un par de brotes de hortelña e se pica moi fino o rabanete e a pel do limón.

7_Montamos tomate e oliva, por riba o lombo de sardiña e alternando o rabanete. Para que en cada bocado poidan atoparse todos os sabores, poñemos a aromática e pel de limón.

Vieira frita con fariña de millo sobre emulsión de cebola tenra, touciño de porco celta e xamón crocante

Cociñeiro: Miguel A. Campos. Restaurante A Gabeira, Valón, Ferrol (Galicia).

Ingredientes: Unha vieira // Fariña de millo (de muíño) // Touciño de porco celta // Un lisco de xamón // 2 ceboliños // Aceite de oliva virxe Arbequina // Aceite de sementes para fritir.

Elaboración:

1_Pochamos o ceboliño, trituramos e rectificamos de sal.

2_Metemos no formo o xamón a torrar. Cando estea crocante, rompémolo en anacos.

3_Poñemos sal á vieira, pasámola pola fariña de millo e fritímola.

4_Para o empratado, na cuncha da vieira poñemos un pouco de puré de ceboliño, a vieira fritida e sobre ela unha lámina de touciño, o xamón crocante e un chorriño de Arbequina.

Choco da ría á Ferrolá con arroz estufado

Cociñeiro: Miguel A. Campos. Restaurante A Gabeira, Valón, Ferrol (Galicia).

Ingredientes: 4 chocos pequenos // 1 dente de allo // 1 cebola // Aceite de oliva virxe extra // Viño branco // 1 folla de loureiro // Verza galega // 200 gr. de arroz bomba // 100 gr. de nata // 50 gr. de manteiga.

Elaboración:

1_Cocemos a verza galega, reservamos para despois salteala.

2_Nunha pota pomos un chorro de aceite, o dente de allo en láminas, a cebola en xuliana. Cando estea pochado, separamos do lume e pómoslles os chocos, o loureiro e o chorro de viño branco. Todo isto debería pasar da metade do choco. Tapamos e estufamos 8 minutos desde o momento en que comeza a ferver. Pasado ese tempo sacamos os chocos da tarteira e trituramos o restante sen o loureiro.

3_Cocemos o arroz, dúas partes de auga e unha de arroz. Unha vez cocido, botámolo na Thermomix xunto coa manteiga, a nata e todo o que tiñamos triturado de ter estufado os chocos. Rectificamos de sal e pasámolo por un coador de arame fino para meter despois nun sifón.

4_Montaxe: pomos un pouco de verza xa salteada en pequenos montóns polo prato. Por riba dela a emulsión de arroz estufado e despois o choco en anacos. Decoramos cun crocante na súa tinta e flores.

Arroz con boletus

Cociñeira: Macarena García. Casa Nuevo. Pillarno, Castrillón (Asturias).

Ingredientes: 200 gr. de arroz carnaroli // 50 0gr. de boletus // 1 cebola // 1 dente de allo // 2 cenorias // 1 allo porro // 4 escalopíns de foie // Caldo de verduras

Elaboración:

1_Guisamos coa cebola e o dente de allo. Sofritimos un pouco a cebola e o dente de allo e botamos os boletus. Botámoslle un pouco de caldo de verduras que temos feito xa, e cando xa estean guisados os boletus, botámoslle o arroz.

2_Refogámolo todo e cubrímolo co dobre de caldo de verduras que xa temos preparado. Tamén engadiremos un sobre de azafrán en hebra.

3_Deixámolo até que ferva, e unha vez chegue a ebulición baixamos o lume ao mínimo e o deixamos cociñando 25 minutos.

4_Para empratar, facemos un crocante co allo porro e a cenoria, e plancharemos os escalopíns de foie.

Borrachinos

Cociñeira: Pilar Bottamino. Casa de comidas La Esperanza. El Puerto (Asturias)

Ingredientes (para os fritos): 150 gr. de miga de pan // 100 ml. de leite // 4 cullerciñas de azucre // 1 pau de canela // 1 ovo.

Ingredientes (para o xarope): ½ l. de viño branco // 200 ml. de auga // 300 gr. de azucre // 1 rama de canela.

Elaboración (fritos):

1_Fervemos nun cazo o leite, o azucre e a canela durante un par de minutos. A continuación colamos o leite azucrada e a deixamos arrefriar, antes de humedecer a miga de pan e engadir un ovo batido. A masa resultante debe ser o suficientemente espesa para que non se desfaga ao fritir.

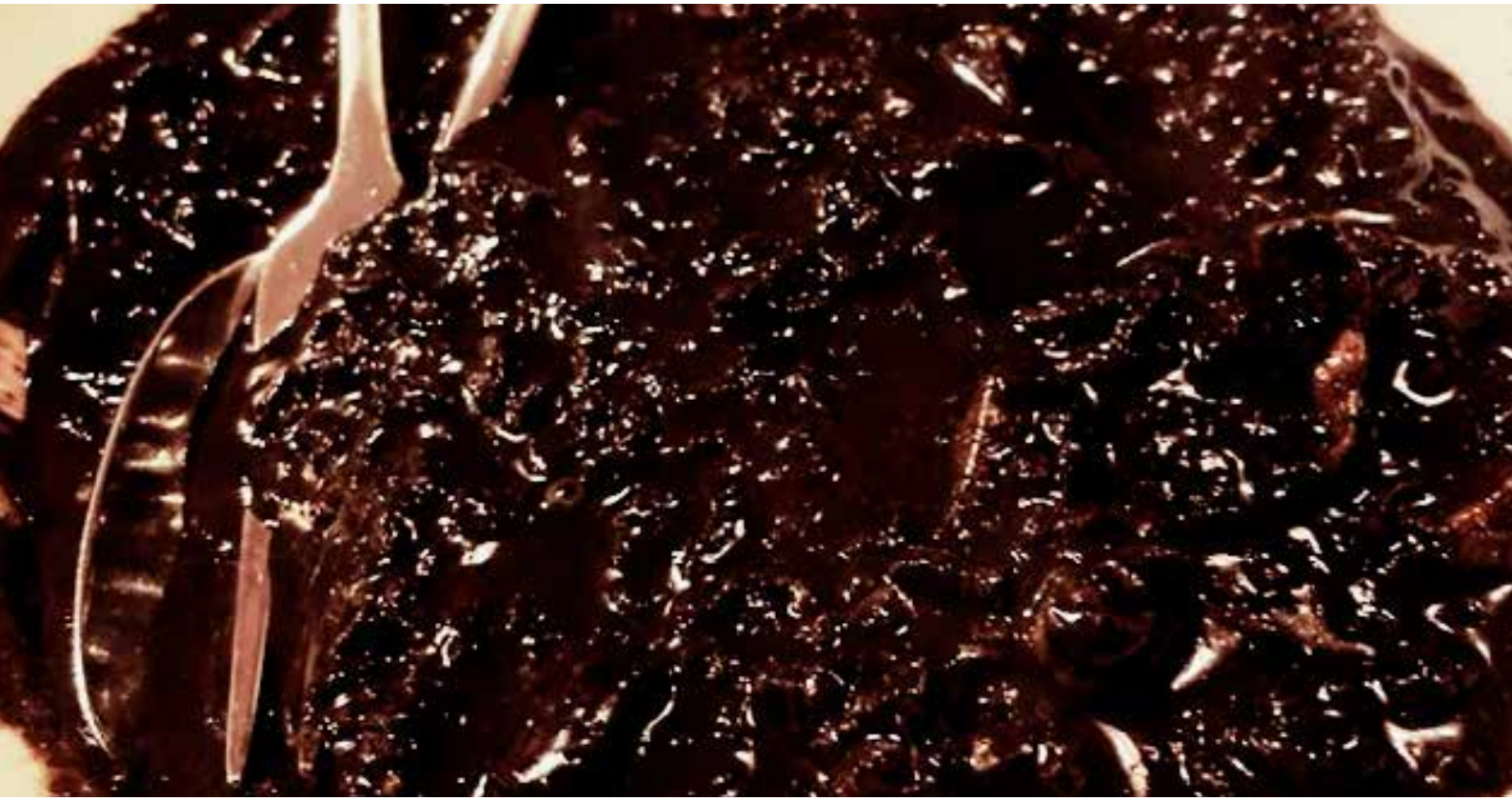
2_Fritimos porcións (culleres) da masa nunha tixola con abundante aciete de oliva e dorámolas por ambos lados. Os fritos poñémolos nunha tarteira para cocelos posteriormente co xarope.

Elaboración (xarope):

1_Cocemos todos os ingredientes durante uns 15 minutos.

2_Despois colamos o xarope sobre os fritos os deixamos cocer outros 15 minutos.

3_Poden comerse quentes ou fríos.



Risotto de cachón na súa tinta

Cociñeiro: Alfonso Ruigomez. Bonobo Bar Restaurante. Barrio La Pola, Suesa (Cantabria).

Ingredientes: 1 cachón de 1 kg // 2 cebolas brancas // 1 dente de allo // Aceite de oliva virxe // 50 cl. de viño branco // ½ cabaciña // Sal // 200 gr. de arroz branco redondo // Manteiga // Queixo curado de ovella.

Elaboración:

1_Cortaremos o cachón en anacos de medio centímetro. Ao ser de tempada non é necesario pelalo. Por outro lado, picaremos moi fina a cebola e o cabaciña, e refogámolo. Despois envorcamos o cachón e o dente de allo, e dámoslle unhas voltas. Botamos o viño branco e o deixamos reducir.

2_Baleiramos a tinta no guiso, deixámolo cocer uns 20 minutos ou media hora até que estea tenro. Os guisos conveñen que repousen cando menos un día.

3_Por outro lado, cocemos o arroz en abundante auga 8 minutos e escorrémolo. Quedará duro.

4_Quecemos o cachón suavemente, agregamos o arros e un vaso de caldo de peixe ou auga, e deixámolo cocer uns 5 minutos movéndoo. É importante que non quede seco, así que non debemos dubidar en engadir algo máis de caldo. Unha vez pasado o tempo ver se o arroz está ao noso gusto, reitiralo do lume e engadir unha cullerciña de manteiga e ben de queixo curado de ovella. E a empratar!

Albóndegas de bonito

Cociñeiro: Alfonso Ruigomez. Bonobo Bar Restaurante. Barrio La Pola, Suesa (Cantabria).

Ingredientes: 2 kg. de bonito // ½ barra de pan // 300 ml. de leite // 2 ovos // 2 cebolas // 1 cenoria // 1 cabaciña // Aceite de oliva virxe // Sal // Fariña de trigo.

Elaboración:

1_Picamos as cebolas, a cenoria e a cabaciña moi fina en cadradiños, e refogámolos moi ben.

2_Por outro lado, teremos o bonito cortado en anacos pequenos. Quecemos o leite e engadimos o pan que previamente teremos cortado. Empapámolo ben.

3_Nun bol grande pomos todos os ingredientes e mesturámolos ben, por último os ovos. Deixámolos na cámara repousar cando menos 6 horas.

4_Collemos a masa e imos facendo boliñas pasándoas por fariña e fritíndoas. Cando estean todas fritas, collemos a tixola e retiramos todo o aceite deixando a fariña no fondo. Agregamos 2 culleradas máis, sofritímolo un pouco e engadimos 4 vasos de auga. Cando rompa ferver, engadimos as albóndegas e as deixamos cocer 10 minutos.

5_Poden acompañarse con patacas fritidas ou arroz branco.

Arroz cremoso de vieiras e carabineiros

Cociñeiro: Javier Izarra. Restaurante Tamarises Izarra. Muelle de Ereaga, Getxo (Vizcaya).

Ingredientes: 300 gr. de carabineiros // 1 pemento vermello // 1 cebola vermella // 10 dl. de brandy // 20 dl. de Pedro Ximénez // Aceite de oliva // 100 gr. e pata de tenreira cocida // 200 gr. de carne de vieiras // 500 gr. de arroz bomba precocido 11 minutos e refrescado con auga fría // Puré de pataca de textura lixeira // Aceite de pirixel (pirixel triturado con aceite de oliva).

Elaboración (crema de carabineiro):

1_Nunha tixola, botamos un chorro xeneroso de aceite de oliva, a cebola e o pemento vermello ben picado. Deixámolo pochar a lume lento. Cando estea ben sofrito, engadímoslle as cabezas dos carabineiros, salteamos e flamexamos cun brandy.

2_Cubrimos con auga e deixamos ferver en conxunto por 5 minutos. Transcorrido o tempo, trituramos, tamizamos e reservamos.

Elaboración (base de arroz):

1_Nunha pota engadimos aceite de oliva, a pata de tenreira xa cociña e partida en anacos pequenos, as vieiras partidas en dados e deixamos que comece a socarrarse o fondo da pota. Cando isto suceda, desglasamos cun chorriño de Pedro Ximénez, deixamos reducir o viño e engadimos a metade da salsa de carabineiro que temos da anterior preparación.

2_Fervemos o conxunto por espazo de 5 minutos sen deixar de remexer e reservamos.

Elaboración (terminación do prato):

1_Nun cazo colocamos a base de arroz, quecemos e engadimos o arroz cocido e refrescado. Fervemos o conxunto e engadímoslle pouco a pouco o puré de pataca até a proporción que necesitemos para conseguir un arroz meloso.

2_Para o empratado, nun prato fondo colocamos no centro o arroz dándolle volume. Arredor, engadimos nun lado un fío de crema de carabineiro e sobre o outro de aceite de pirixel. Culminamos cun chouchiña de vieira á prancha.

Suprema de pescada con cigaliña albardada e o seu consomé

Cociñeiro: Javier Izarra

Ingredientes (para 4 racións): 8 cigaliñas // 1 chouchiña de graxa de xamón ibérico // Roux escura // 100 cl. de viño de Porto // Sal // 2 lombos altos de pescada do pincho do Cantábrico // Sal de xamón (xamón deshidratado e muído).

Elaboración (consomé de cigalas):

1_Nunha pota colocamos as cabezas e cáscaras das cigalas; a carne xa pelada reservámola. Cubrimos con auga e deixamos ferver a lume lento por espazo de 2 horas. Engadiremos auga se reducira demasiado. Unha vez transcorrido este tempo, debemos ter as cabezas completamente somerxidas no líquido.

2_Colamos e reservamos.

3_Nunha tixola quecemos o viño de Porto e o deixamos reducir até conseguir un caramelo. Seguidamente engadimos o consomé de cigala e ligamos cun Roux escuro até conseguir unha textura fluída e sedosa. Poñemos a punto de sal, e reservamos o conxunto.

Elaboración (supremas de pescada):

1_Limpamos ben os lombos de espiñas e pel. Facemos unha chouchiñas duns 3 centímetros de grosor e espaldámolas suavemente para deixalas a metade de volume.

2_Botámoslles sal e pasámolas pola tixola até que estean feitas. Deixalas douradas por unha soa parte e suculentas. Reservamos.

Elaboración (cigaliñas albardadas):

1_Facemos unhas tiras de graxa de xamón ibérico e envolvemos as cigalas con ilo.

2_Salteámolas nunha tixola até que estean feitas, non precisan moito tempo.

Elaboración (terminación do prato):

1_Nun prato fondo colocamos dúas chouchiñas de pescada. Arredor engadimos o consomé de cigalas en cantidade necesaria para non cubrir a altura dos lombos de pescada, e sobre cada un deles, colocamos unha cigaliña albardada.

2_Engadimos sobre o conxunto un pouco do sal de xamón.

INFORMACIÓN PRÁCTICA

Nesta sección atoparás todo o que necesitas para aproveitar ao máximo a túa estadía nos destinos da Rede De Pueblos del Surf. Desde tempos de chegada a información das praias e datos de contacto de escolas de surf e oficinas de turismo.

CARBALLO

PRAIAS DE CARBALLO

Praia de Razo
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.
Servizos: duchas, bares e restaurantes.

Praia de Baldaio – Saíñas
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, 5 minutos camiñando.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area e rocha.

Praia Pedra do Sal
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.
Servizos: restauración.

Praia Arnela
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, acceso a pé.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area e rocha.

Praia Leira
Dificultade: alta (só visible con marea baixa).
Entorno e acceso: entorno rural, acceso a pé.
Características: funciona con pouco mar, fondo rochoso.

ESCOLAS DE SURF EN CARBALLO

Art Surf Camp
(Campamento – escola de surf)
Rúa Paseo Arenal 13, 15107 Razo
881 256 993 · artsurfcamp.com
reservas@artsurfcamp.com
Servizos: campamentos de verán para nenos, adolescentes e adultos sen límite de idade. Cursos de un ou varios días, aluguer de material.

Boaola Surf Club
Estrada do Porto 3, 15107 Razo
623 045 168 · boaola.es
boaolasurf@gmail.com
Servizos: clases de surf, aluguer de material.

La Wave Coruña Baldaio
Estrada Pedra do Sal 28, 15105
657 309 614 · Lawavesurf.com
coruna@lawavesurf.com
Servizos: campamentos de surf, clases de surf, aloxamento surf.

Raz Surf Camp
Paseo da Praia 39, 15107 Razo
659 381 300 / 618 223 665 · razsurfcamp.com
info@razsurfcamp.com
Servizos: campamentos de surf menores e adultos, clases de surf, actividades colexios

World Surf Camp
Estrada Pedra do Sal 81-82, 15105
611 281 419 · worldsurfcamp.com
Servizos: campamentos, aloxamento, actividades colexios.

Pãua Surf, Kite & Explore Costa da Morte
Praia de Razo · Carballo (A Coruña)
+34 608 13 92 71 · pauasurf.com
info.pauasurf@gmail.com
Servizos: todas nosas actividades incluen seguro rrcc e accidentes. Instructor graduado en CAFyD, TD1 Surf e Kitesurf, socorrista.

COMO CHEGAR A CARBALLO

Avión
Os aeroportos máis próximos son os da Coruña e Santiago.
- A Coruña (Alvedro): 30 km
- Santiago (Rosalía de Castro): 53 km.

Coche
- Desde A Coruña: AG-55 (que tamén enlaza coa A6) ou AC-552
- Desde Santiago: DP-1914.

Autobús
- Desde A Coruña: liña XG848 (Arriva)
- Desde Santiago: liña XG811 (UTE Vehículos Costa)
- Horarios actualizados: bus.gal

ONDE DURMIR EN CARBALLO

Oferta de aloxamentos ampla e variada, que inclúe hoteis, hostais, casas rurais, cámpings e un balneario. Información actualizada en turismocarballo.com

TURISMO DE CARBALLO

Oficina de Turismo (Museo de Bergantiños)
Rúa Martín Herrera s/n 15100 Carballo
Teléfono: 981 702 077 / 698 156 402
Web: turismocarballo.com
Email: turismo@carballo.gal / museo@carballo.gal
Redes sociais:
• X: turismocarballo
• Instagram: turismocarballo
• Facebook: turismodecarballo

MANCOMUNIDADE DE CONCELLOS DA COMARCA DE FERROL

PRAIAS DE FERROLTERRA

Praia de Doniños - Penencia
Dificultade: nivel medio.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia de Doniños - Outeiro
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.
Servizos: duchas, bares.

Praia de San Xurxo
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking
Características: funciona con marexada, fondo de area.
Servizos: duchas

Praia de Esmelle
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia O Vilar
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: funciona con marexada, fondo de area e rocha.

Praia Santa Comba
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con marexada, fondo de area.

Praia Ponzos
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia Campelo
Dificultade: nivel medio.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia A Frouxeira
Dificultade: todos os niveis
Entorno e acceso: pequena poboación, parking
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia Pantín
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia Baleo
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno rural, parking.
Características: funciona con marexada, fondo de area.

ESCOLAS DE SURF EN FERROLTERRA

Actficom – Santiago de Pantín
Amoreira 4, Pantín. 15553 Valdoviño
646 327 606 · www.santiagodepantin.com
info@santiagodepantin.com
Servizos: escola de surf, aluguer de material.

Alawa Surf Camp
Lugar O Ariño 43, Pantón 1553 Valdoviño
609 831 557 · www.alawasurfcamp.com
contacto@alawasurfcamp.com
Servizos: campamentos infantís e adultos, cursos semanais, clases soltas

Asolas no Puntal
Lugar O Puntal 6, 15554 Valdoviño
671 929 176
asolasnopuntal.wixsite.com/escueladesurf
asolasnopuntal@gmail.com
Servizos: clases de surf

Ondas Novas
Itinerante
722 155 665 · ondasnovas.com
info@ondasnovas.com
Servizos: clases individuais e en grupo

Pantín Surf Camp
Lugar O Ariño s/n, Pantín, 1553 Valdoviño
667 215 445 / 722 693 552
pantinsurfcamp.com
info@pantinsurfcamp.com
Servizos: escola de surf, aloxamento, cursos todos os niveis e idades, campamentos de surf.

RSM
Lugar O Ariño 47, Pantín, 15553 Valdoviño
638 870 255 · rsmgreensurfhouse.com
R.sanmartinmayobre@gmail.com
Servizos: clases de todos os niveis, aluguer da material, campamentos.

Surf and Breakfast
Av. Ferrol s/n, Pantín 1552 Valdoviño
http://www.surfandbreakfast.com/
sandb@surfandbreakfast.com
Servizos: clases de surf, albergue, aluguer de material.

Valdo Surf School
Paseo Lagoa 9, 1552 Valdoviño
676 433 929 · valdosurf.com
info@valdosurf.com
Servizos: clases de surf, todos os niveis, campamentos, aluguer de material.

Beach Club Surf & Coffee
Porta de Neira 104, 15405 Ferrol
622 889 444 · beachclubsurfandcoffee.com
info@beachclubsurfandcoffee.com
Servizos: campamenos de surf, clases de surf, aluguer de material

Ferrol Surf School
Vilar s/n Cobas 15594 Ferrol
679 546 172 · www.ferrolsurfschool.es
ferrolsurfyogahouse@gmail.com
Servizos: clases de surf, cursos de verán, aluguer de material.

Fiends & Family Surf School
Aldea de Covas 12, 15594 Ferrol
674 507 848 · www.ffsurfschool.com
ffsurfschool@gmail.com
Servizos: clases de surf, cursos de verán e inverno.

Luis Rodríguez Surf School
Itinerante
620 458 353 · lrsurfschool.com
luisrsurfing@hotmail.com
Servizos: clases, cursos, aluguer de material.

Nordés Surf School
R/ Carballo 1, baixo, Ferrol
658 958 165 · nordessurfschool.com
contacto@nordessurfschool.com
Servizos: clases, cursos, aluguer de material

Nordés Surf House
A Aldea de Covas 15, 15594 Ferrol
698 158 536 · nordessurfhouse.com
info@nordessurfhouse.com
Servizos: clases, cursos, aloxamento.

Spot Surf School
Tras Outeiro 106, 15593 Ferrol
615 304 583 · www.spotsurfschool.com
spotsurfchool@gmai.com
Servizos: cursos, aluguer de material.

The Camp
San Xurxo 8, 15592 Ferrol
605 182 537 / 676 433 929
https://thecamp.es/
thecamp@thechamp.es
Servizos: clases, cursos, camps, aluguer de material, aloxamento.

COMO CHEGAR A FERROLTERRA

Avión
Os aeroportos máis próximos son os da Coruña e Santiago.
- A Coruña (Alvedro): 48 km.
- Santiago (Rosalía de Castro): 88 km.

Coche
- Desde A Coruña: AP9
- Desde Santiago: AP9
- Desde Lugo: A6, A8 e AG-64
- Desde Asturias: A8 e AG-64

Autobús
- Desde A Coruña: liña XG871 (UTE Hércules Norte).
- Desde Santiago: liña XG817 (UTE Castromi).
- Horarios actualizados: bus.gal

Tren
Horarios actualizados: renfe.es

ONDE DURMIR EN FERROLTERRA

Os concellos da comarca de Ferrol ofrecen unha variada oferta de aloxamentos, que inclúe hoteis, casas rurais e cámpings.

Ademais, existen áreas de caravanas en Ferrol (gratuíta), Cedeira (gratuíta) e Valdoviño (de pago). Narón dispón dunha área de servizos para este tipo de vehículos.

TURISMO DE FERROLTERRA

Oficina de Turismo
Mancomunidade de Concellos da Comarca de Ferrol
Pz. Armas, s/n · 15402 Ferrol
Teléfono: ---.
Web: https://turismoferrolterra.es/ · https://costadasondas.surf
Email: coordinacion@turismoferrolterra.es
Redes sociais:
• X: LoveFerrolterra / CostaDasOndas
• Instagram: turismo_ferrolterra / costadasondas.surf
• Facebook: turismoferrolterra / CostaDasOndas

CASTRILLÓN

PRAIAS DE CASTRILLÓN

Playón de Bayas
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: necesita algo de mar, fondo de area.
Servizos: duchas.

Praia de Bahínas
Dificultade: nivel medio.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: funciona con marexada, fondo de area e rocha.

Praia de Arnao
Dificultade: nivel medio.
Entorno e acceso: semi urbana, parking.
Características: necesita algo de mar, fondo de area.
Servizos: duchas, aseos.

Praia Salinas
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: praia urbana, parking.
Características: necesita algo de mar, fondo de area.
Servizos: duchas, bares e restaurantes. Aseos para persoas ostomizadas.

Praia de San Juan de Nieva
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: necesita algo de mar, fondo de area.
Servizos: duchas, hostalaría

ESCOLAS DE SURF EN CASTRILLÓN

Horizon Escuela de Surf y Surfcamp
C/ Doctor Fleming 30, Salinas
697 626 849
horizonescueladesurf.com
hola@horizonescueladesurf.com
Servizos: cursos de surf, campamento,

Salinas Surf Camp
Av. Clarín 38, 33405 Salinas
684 613 180
https://surfcampsalinas.com/
surfcampsalinas@gmail.com
Servizos: cursos, campamentos, aluguer de material, aloxamento.

El Pez Escorpión
Av. Marola 1, 33405 Salinas
633 532 946
Elpezescorpion.com
reservas@elpezescorpion.com
Servizos: cursos, campamentos, aluguer de material, aloxamento.

Alamar Salinas
C/ Príncipe Asturias, 69. 33405 Salinas
633 244 840 / 658 033 494
Alamarsalinas.com
info@alamarsalinas.com
Servizos: cursos, campamentos, aloxamento.

Escuela de Surf Lucas García – Salinas
C/ Pablo Laloux 14, 33405 Salinas
664 515 492
Lucasgarciasurf.com
info@lucasgarciasurf.com
Servizos: curso, surf adaptado, aluguer.

Rural Surf
Linares 132, Naveces
622 568 351
Ruralsurf.com
info@ruralsurf.com
Servizos: cursos, campamentos, surf adaptado, aloxamento

COMO CHEGAR A CASTRILLÓN

Avión
O aeroporto máis próximo é o de Asturias, situado a 7 quilómetros.

Coche
- Desde Avilés: N-634.
- Desde Oviedo: A66 e A8.
- Desde Gijón: por A8

Tren
- Desde Gijón e Avilés: C4 / Gijón – Cudillero.
- Desde Oviedo: combinación de liñas Ferrol – Oviedo e Gijón-Cudillero
- Horarios actualizados: renfe.es

ONDE DURMIR EN CASTRILLÓN

Castrillón conta cunha ampla oferta de aloxamento, que inclúe desde opcións económicas como hostais e albergues, a cámpings, pasando por hoteis, apartamentos e casas rurais. A oferta actualizada está dispoñíbel na web de turismo:
https://www.castrillonturismo.es/castrillon/donde-dormir/

TURISMO DE CASTRILLÓN

Oficina de Turismo
Piedras Blancas: Pz. Europa 1 - 33450 Piedras Blancas.
Salinas: Av. Juan Sitges 3 - 33405, Salinas.
Teléfono: 985 507 677 (Piedras Blancas) / 985 501 865 (Salinas)
Web: https://www.castrillonturismo.es/
Email: turismo@carballo.gal / museo@carballo.gal
Redes sociais:
• Instagram: turismocastrillon

RIBAMONTÁN AL MAR

PRAIAS DE RIBAMONTÁN AL MAR

Praia de Somo
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: pequena poboación, parking.
Características: funciona con pouco mar, fondo de area.

Praia de Loredo
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: pequena poboación, parking.
Características: necesita algo de mar, fondo areoso.

Praia de Santa Marina (La Isla)
Dificultade: nivel alto
Entorno e acceso: entorno natural, parking
Características: só funciona con grandes temporais, fondo de area e rocha.

Praia de Langre
Dificultade: todos os niveis
Entorno e acceso: entorno natural, 5 minutos camiñando.
Características: funciona con marexada, fondo de area.

ESCOLAS DE SURF EN RIBAMONTÁN AL MAR

Loredo Surf School
Bajada a la Playa 22, 39140 Loredo - Ribamontán Al Mar
636 595 571
https://loredosurfschool.eu//
info@loredosurfschool.com
Servizos: cursos de surf, aloxamento

Escuela de Surf La Ola
C/ La Canal 49, Galizano
661 299 114
https://www.escueladesurflaola.com/
escueladesurflaola@gmail.com
Servizos: clases, campamentos, aluguer de material

Escuela de Surf HAND
C/ Usera 17 Langre
627 661 908
https://handsurfhostel.com/escuela-surf/
Handsurfhostel@gmail.com
Servizos: clases de surf, aloxamento

Escuela de surf Sunset
C/ Cabo Mayor 13, Somo 39140
609 424 278
escueladesurfsunset.com
reservas@escueladesurfsunset.com
Servizos: cursos, aloxamentos, aluguer material

Koa Escuela de Surf
Arna 83, 39140 Ribamontán Al Mar
685 510 415
https://koaescueladesurf.com/
koa@koaescueladesurf.com
Servizos: cursos, aloxamento, aluguer de material

NWK Northwind Kitesurf & SUP
Isla de Somo 12, 39140 Ribamontán Al Mar
942 510 465 / 609 407 294
www.northwindcompany.com
info@northwindcompany.com
Servizos: cursos de surf, clases, aluguer de material.

Escuela Cántabra de Surf
Marítimo s/n, 39140, Ribamontán Al Mar
942 510 615 / 609 482 823
Escuelacantabradesurf.com
ecsurf@escuelacantabradesurf.com
Servizos: cursos, campamentos, aluguer de material.

Latas Surf House
Arna 131, 39140 Ribamontán Al Mar
675 706 689
https://www.latassurf.com/es/
info@latassurf.com
Servizos: escola de surf, aluguer de material, campamentos, aloxamento.

Xpeedin Surf School
Isla de Mouro 12, 39140 Ribamontán Al Mar
699 063 930
Xpeedinsurfschool.com
info@xpeedinsurfschool.com
Servizos: cursos, campamentos, aluguer de material.

Escuela de Surf La Curva
Urb. Isla de Santa Marina 1 Bajo, C/ El Puente, Loredo 39160 Ribamontán al Mar
626 230 716
https://escueladesurflacurva.com/
info@escueladesurflacurva.com
Servizos: clases de surf, aluguer, campamentos, aloxamento

La Isla Santa Marina
C/ Los LLoros 37, Loredo
646 191 709
http://escueladesurflaislasantamarina.es/
Servizos: cursos.

Plea Surf School
C/ Juncanl 10-12 Loredo
942 509 163
https://www.plea.es/es
Servizos: cursos, aloxamento.

Awa Surf
C/ las Quebrantas 14, 39140 Somo
638 177 406
https://awasurf.es/
info@awasurf.es
Servizos: cursos, aluguer

Camping Derby Loredo – Escuela de Surf
C/ Bajada a la Playa 19, Loredo
942 504 106
https://campingloredo.es/
Servizos: cursos, camping

Escuela Más que Surf
C/ El Puente. Monte Mazo 3, Bajo 10, 39160 Loredo
607 483 495
http://www.masquesurf.com/
Masquesurf313@gmail.com
Servizos: cursos, campamentos, aluguer de material

La Wave Surf School
Isla de Mouro, 10, 39140 Somo - Ribamontán Al Mar
674 114 068
www.lawavesurf.com
somo@lawavesurf.com
Servizos: cursos, campamentos e aloxamento.

Somo's Beach Surf School
C/ El Puntal 3 Somo
622 645 225
Servizos: cursos.

Langre Beach
El Puente 57, 36146 Ribamontán Al Mar
606 706 629
www.langre-beach.surf
hi@langre-beach.surf
Servizos: escola de surf, aluguer de material.

Liquid Surf House
Usera 17, 39160 Ribamontán Al Mar
+49 (0) 172 42 67 597
https://liquid-surf.com/es/
info@liquid-surf.com
Servizos: campamentos, aloxamento.

Pro Training Cantabria
C/ Evaristo Lavín 140B
626 643 721
https://www.protrainingcantabria.com/
Servizos: clases de surf, aluguer de material.

Wolf House Surf School
Rumor 9, 39160 Ribamontán Al Mar
610 057 658
www.wolf-house.com
wolfhouse@hotmail.it
Servizos: surf camp con aloxamento.

COMO CHEGAR A RIBAMONTÁN AL MAR

Avión
Os aeroportos máis próximos son os de Santander e Bilbao.
- Santander (Seve Ballesteros): 26 quilómetros.
- Bilbao: 99 quilómetros.

Coche
- Desde Santander: S-10 e CA-146.
- Desde Bilbao: A8 e CA-146.

Autobús
- Desde Santander (liñas Santander – Santoña e Santander – Isla) (Empresa Palomera)
- Horarios: https://www.transportedecantabria.es/)

ONDE DURMIR EN RIBAMONTÁN AL MAR

Ribamontán Al Mar conta cunha oferta de aloxamento variada, que inclúe hoteis, hostais, apartamentos, posadas e cámpings. Información actualizada na páxina web de turismo:
http://turismo.ribamontanalmar.es/

TURISMO DE RIBAMONTÁN AL MAR

Oficina de Turismo
Av. Del Ayuntamiento 39150 Carriazo
Teléfono: 942 510 600
Web: http://turismo.ribamontanalmar.es/ · https://www.surfatodacosta.es/
Email: turismosomo@ribamontanalmar.es · info@ribamontanalmar.es · surf@ribamontanalmar.es
Redes sociais:
• X: surfatodacosta
• Instagram: surfatodacosta_
• Facebook: surfatodacosta

GETXO

PRAIAS DE GETXO

Praia de Ereaga, onda de Jefrys
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: semi urbana, parking..
Características: funciona con marexada, fondo de area e rocha.
Servizos: duchas, parking, locais de hostalería.

Praia de Algorta – Jefrys (Las Arenas)
Dificultade: nivel medio.
Entorno e acceso: praia urbana, parking.
Características: funciona con marexada, fondo de area e rocha.

Praia de Arrigunaga
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: semi urbana, parking.
Características: funciona con marexada, fondo de area e rocha.
Servizos: duchas, parking, locais de hostalería, skate park.

Punta Galea
Dificultade: nivel alto.
Entorno e acceso: entorno natural, 5 minutos camiñando.
Características: funciona con grandes temporais, fondo de rocha.

Praia de Azkorri / Gorrondatxe
Dificultade: nivel medio.
Entorno e acceso: entorno natural, 5 minutos camiñando.
Características: funciona con marexada, fondo de area e rocha.
Servizos: duchas, aseos, parking.

Praia de Barinatxe – La Salvaje
Dificultade: todos os niveis.
Entorno e acceso: entorno natural, parking.
Características: necesita algo de mar, fondo de area e rocha.
Servizos: duchas, aseos, parking, escolas de surf e surf shops.

ESCOLAS DE SURF EN GETXO

La Salbaje Surf Eskola
Arriatera 83 Baixo, 48600 Sopela (Praia Barinatxe – La Salvaje)
675 650 713
https://www.lasalbajesurfeskola.com/
info@lasalbajesurfeskola.com
Servizos: cursos de surf, campamento, aluguer de material, aloxamento

Acero Surf Eskola
Praia Barinatxe, 48600 Sopela
637 510 129
https://acerosurfeskola.com/
acerosurfeskola@gmail.com
Servizos: cursos, campamentos

COMO CHEGAR A GETXO

Avión
O aeroporto máis próximo é o de Bilbao, situado a 15 minutos en coche.

Coche
- Desde Bilbao: N-637
- Desde Donosti: AP-8 e N-637.

Autobús
- Desde Bilbao: liña A3411
- Horarios: https://www.bizkaia.eus/es/web/bizkaibus

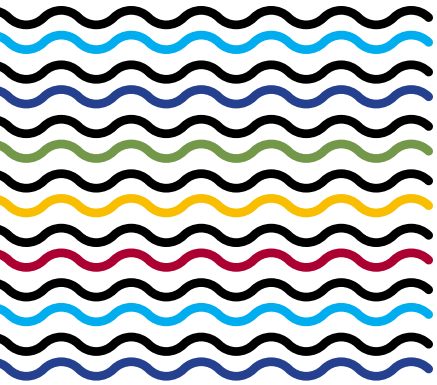
Metro Bilbao
- Desde Bilbao Línea 1, Getxo conta con 7 estacións: Areeta, Gobela, Neguri, Aiboa, Algorta, Bidezabal e Ibarbengoa

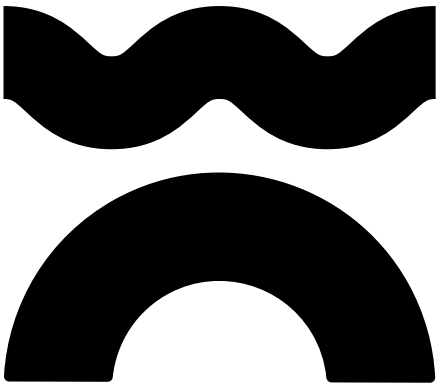
ONDE DURMIR EN GETXO

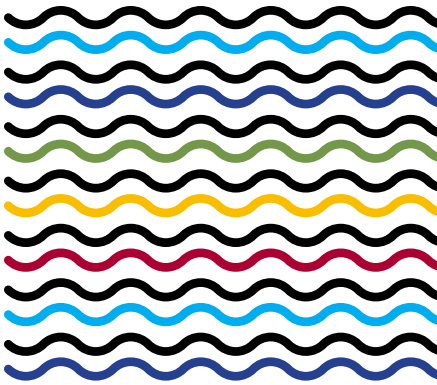
Getxo ofrece unha completa oferta de aloxamentos, que inclúe hoteis, pensións e apartamentos. Listado actualizado: ***https://www.getxo.eus/es/turismo/descubre-getxo/Donde-dormir***

TURISMO DE GETXO

Oficina de Turismo
Muelle Ereaga Kaia s/n, 48992 Getxo
Teléfono: 944 910 800
Web: https://www.getxo.eus/es/turismo
Email: infoturismo@getxo.eus
Redes sociais:
• Instagram: visit.getxo
• Facebook: visitgetxo







Financiado por la Unión Europea
NextGenerationEU

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE INDUSTRIA Y TURISMO

Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia

concello de CARBALLO