



O primeiro tramo da ruta a pé discorre desde a enseada de Canabal ata o castro de Subiña. En Canabal remata a estrada e empeza a pista de terra (duns 700 m) que leva á punta do Seixo Branco, que pecha a baía de Canabal, protexéndoa dos ventos do N-NE. Neste acantilado o mar rompe furioso e unha gran veta de cuarzo branco descende ata as augas e reloce coa luz do sol. Aquí atoparemos as ruínas dunhas instalacións militares do século XX.

Seguindo o sendeiro paralelo á costa, sucédense as furnas de Olló Pequeno, A Regocho e Olló Grande, que perforan a terra, e o mar ábrese aos nosos pés.

O camiño pouco a pouco vai abandonando a costa en dirección SE cara ao castro de Subiña e inténrase nun bosque mixto de piñeiro, eucalipto e algunhas frondosas. Piñas roídas en metade do sendeiro delatan a presenza duns silenciosos e tímidos habitantes das árbores, os esquíos. Na metade deste tramo do camiño escóndese, á man esquerda, o manancial de Fonte Ornela.