



Desde o castro de Subiña e atravesando a vila de Dexo, o sendeiro condúcenos ata a igrexa románica de Dexo, consagrada polo aínda bispo Xelmírez en 1108.

A medida que nos aproximamos á costa, paga a pena desviarse á esquerda para contemplar as vistas da enseada e o porto de Dexo desde un miradoiro.

Continuando por un sendeiro de terra pasamos polo lavadoiro do río da Pedra e, xa preto do mar, pódese contemplar a illa da Marola ao N, famosa polo refrán “quen pasa a Marola, pasa a mar toda”, e o Corval ao NE. Esta é unha zona de fortes correntes e ondada debido á confluencia de tres rías: a de Ferrol, a de Betanzos e a da Coruña. Xusto en fronte, rumbo N, divísase o porto exterior de Ferrol.

Continuando polo sendeiro paralelo á costa atopamos a Cova do Ladrón, un abrigo natural na rocha que mira ao mar. Máis adiante a senda lévamos ata o castro de Castromén e atravesamos unha zona de bosque mixto, onde predominan os piñeiros.