ESPAÑOL / ENGLISH



CAMINOS DE SANTIAGO

AVENTÚRATE Y SIENTE



Edita: **Turismo Rías Baixas - Diputación de Pontevedra**
Fotografías: **Archivo Turismo Rías Baixas**
Diseño y Maquetación: **Anónimo Advertising**
Depósito Legal: VG 408-2017

Deputación Pontevedra | riasbaixas



Tú no haces el Camino, el Camino te hace a ti

You don't complete the Way... the Way completes you.

CAMINOS DE SANTIAGO **RÍAS BAIXAS**

Podemos decir, sin duda alguna, que el Camino de Santiago es la ruta más antigua, más concurrida y más conocida de Europa. Es todo un emblema y su fama no solo se debe a sus numerosos y diferentes itinerarios, sino también a su carácter espiritual y aventurero, que reúne a peregrinas, peregrinos, caminantes o simples trotamundos bajo una misma meta: llegar a Santiago de Compostela.

The Way of Saint James is, without a doubt, the oldest, most frequented and best-known route in Europe. It is a symbol, and its fame has been built not only on its large number of routes, but on its spiritual and adventurous nature, which brings together pilgrims, travellers and globetrotters under a single mission: to reach the town of Santiago de Compostela.



Deputación Pontevedra | rías baixas



ÍNDICE / INDEX

Pág. 6 **Camino Portugués**
The Portuguese Way

10 **Camino Portugués por la costa**
The coastal Portuguese Way

14 **Camino Sanabrés o Vía de la Plata**
The Mozarabic Way or the Silver Way

16 **Camino de Invierno**
The Winter Way

18 **Ruta del Mar de Arousa y Río Ulla**
The route of the sea of arousa and the river ulla

22 **Información de interés para las y los peregrinos**
Useful information for pilgrims



Camino Portugués

Dificultad: media-baja
Longitud: 118,6 km

Es el camino trazado para acceder a Galicia a través de tierras portuguesas, que tomó gran relevancia a partir del siglo XII, tras la independencia de Portugal, y que estableció conexiones culturales, económicas y espirituales de mucha importancia. Esta ruta asentó una gran devoción jacobea por vías y caminos antiguos, como la vía XIX, construida en el siglo I, una de las calzadas romanas más importantes que vertebró Gallaecia.

The Portuguese Way

Difficulty level: moderate-easy
Length: 118.6 km

This route, which reaches Galicia by way of Portugal, became particularly relevant in the 12th century following Portugal's independence and served to establish important cultural, economic and spiritual bonds. Moreover, it inspired a sense of devotion to Saint James along the old routes and roads, such as Roman Road XIX, which was built in the 1st century and became one of the most important ones to cross Gallaecia.

Deputación Pontevedra | rías baixas



Etapa Tui-O Porriño (18,3 km)

Tui es una pequeña ciudad fronteriza donde podremos descubrir, en primer lugar, la fascinante catedral de Santa María de Tui, punto de entrada a As Rías Baixas por este camino. Aquí también se encuentra uno de los elementos más destacados del camino: el puente de San Telmo. Apodado "puente de las fiebres", es célebre por su arquitectura y porque fue aquí donde san Telmo enfermó de fiebre en 1251.
El camino sigue en dirección a O Porriño envuelto en la serenidad del rural gallego, cruzando ríos, valles y lugares emblemáticos que cautivan fácilmente.

Etapa O Porriño-Redondela (15,6 km)

O Porriño es el pueblo natal del arquitecto Antonio Palacios, donde se sitúan algunas de sus obras: el pazo del Ayuntamiento, la fuente de O Cristo, A Botica Nova o el templete de San Luis.
En los últimos metros del tramo, a su paso por el municipio de Mos, se encuentra el miliario de Santiaguiño de Antas, que data del siglo II. Este formaba parte de la Vía XIX y, además de ser un indicador de millas romanas, era objeto de prácticas supersticiosas.
El camino se adentra en Redondela, desde donde puedes divisar la ensenada de San Simón en la ría de Vigo, la cual ofrece una estampa idílica.

Stage: Tui-O Porriño (18.3 km)

Tui is a small border town where you can discover first-hand the fascinating Santa María de Tui Cathedral, this route's entry point to As Rías Baixas. This town is also home to one of the way's most important elements: San Telmo Bridge, popularly known as 'ponte das Febres' (bridge of fevers) and famous for its architecture and for being the place where Saint Elmo fell ill with fever in 1251.
From here, the route continues towards the town of O Porriño through the peaceful Galician countryside, crossing rivers, valleys, and emblematic charming places.

Stage: O Porriño-Redondela (15.6 km)

O Porriño is the hometown of the renowned Spanish architect Antonio Palacios. Here, we find some of his works: the town hall, O Cristo Fountain, the pharmacy A Botica Nova or the San Luis Shrine.
In the last section, in the municipality of Mos, you will find the Roman milestone of Santiaguiño de Antas, dating back to the 2nd century, which used to be part of the Roman Road XIX and was the object of superstitious practices.
Once in the town of Redondela, you can enjoy a stunning view of the San Simón Cove on the coastal inlet Ría de Vigo.



Etapa Redondela-Pontevedra (18,2 km)

Redondela está en plena ría de Vigo; en su centro emergen las islas de San Simón y Santo Antón, y bajo sus aguas yacen los restos de los galeones de la batalla de Rande (1702).
Tras atravesar esta interesante zona llegaremos a Ponte Sampaio, donde se encuentra el histórico puente medieval en el que se desató la batalla de Ponte Sampaio en 1809, durante la guerra de la Independencia, y donde las tropas del capitán Morillo eliminaron a los franceses.
Continuando por evocadores y milenarios caminos empedrados, con tramos de la propia vía romana XIX, llegamos a la capital de la provincia: Pontevedra.

Etapa Pontevedra-Caldas de Reis (23 km)

Pontevedra es una preciosa ciudad declarada conjunto histórico-artístico, el cual se integra en una antigua zona amurallada. Lo mejor es perderse entre sus calles, por la zona vieja de la ciudad, y disfrutar de las casonas, los pazos, las plazas y sus pequeños rincones. Recomen-

Stage: Redondela-Pontevedra (18,2 km)

The town of Redondela is located by the coastal inlet Ría de Vigo, from where you can see the islands of San Simón and Santo Antón. Underwater lie the remains of Spanish galleons sunk during the Battle of Rande (1702).
After passing through this interesting area, you will Reach Ponte Sampaio. This village is home to the historic medieval bridge where the Battle of Ponte Sampaio took place in 1809, during the Spanish War of Independence, and where Captain Morillo's troops defeated the French.
The Way runs along thousand-year old evocative cobble-stoned roads, sometimes passing through sections of the Roman Road XIX itself, until reaching Pontevedra, the capital of the province bearing the same name.

Stage: Pontevedra-Caldas de Reis (23 km)

Pontevedra is a charming town, listed as a historic and artistic site and boasting an old walled quarter. The best thing you can do is to wander through the streets and the old town, enjoying its palaces, pazos (Galician manor houses), squares and hidden spots.



damos visitar la iglesia de la Virgen Peregrina, joya del Barroco, que tiene planta en forma de vieira, símbolo del Camino a Santiago de Compostela.
Continuamos y dejamos atrás la capital de As Rías Baixas después de cruzar el río Lérez por el puente de O Burgo, donde comienza una zona de bosques, prados y viñedos. Antes de llegar a Caldas de Reis, en el municipio de Barro, podremos visitar y disfrutar en A Barosa, un área recreativa en donde destaca el conjunto de molinos que se extienden por la cascada del río Agra.
Aquí se alternan tramos de senderos hasta llegar a las puertas de Caldas de Reis.

Etapa Caldas de Reis-Padrón (18,7 km)

Ya en Caldas de Reis podemos disfrutar de su larga tradición termal, que proviene de la mismísima época romana. Las aguas de este entorno tienen una composición que les confiere propiedades curativas, algo que los pies de las y los peregrinos agradecerán si visitan la burga precursora del turismo termal en la calle Real.
El camino, a su paso por Caldas de Reis, cruza el puente medieval sobre el río Bermaña y continúa por la calle San Roque para dejar atrás el centro de Caldas de Reis en ascenso. Al llegar a Valga cruzaremos bosques bañados por las aguas del río Valga y salpicados de molinos, y disfrutaremos de vistas al valle del río Ulla. Una vez en Pontecesures, encontramos el puente romano del siglo I, que sirve de división entre las provincias de Pontevedra y A Coruña.

Última etapa: Padrón-Santiago de Compostela (24,8 km)

Entrando en la provincia de A Coruña ya se respira Compostela, donde llegaremos a la catedral pasando por la plaza de Platerías.

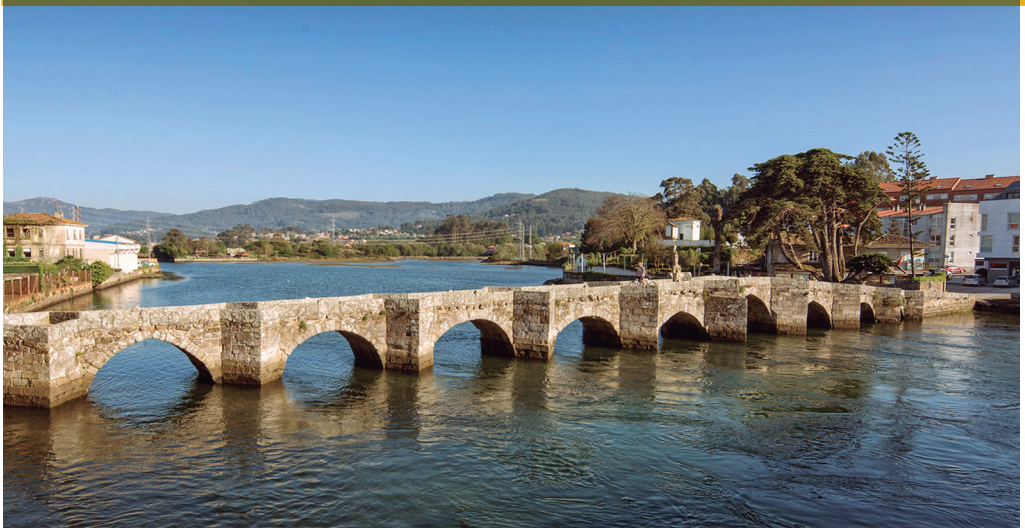
A must-see is Virxe Peregrina Church, a masterpiece of baroque architecture, with a scallop-shaped floor plan, symbol of the Way to Santiago de Compostela.
As you move away from the capital of As Rías Baixas, by crossing O Burgo Bridge over the Lérez River, you enter an area dotted with woods, meadows and vineyards. Before arriving in the town of Caldas de Reis, in the village of Barro, you can relax and enjoy A Barosa, a recreation area with mills all along the cascade of the Agra River.
Then, after taking different types of trails you reach Caldas de Reis.

Stage: Caldas de Reis-Padrón (18,7 km)

In Caldas de Reis, you can enjoy its long-standing tradition of bathing in hot springs, which date back to the Roman period. These waters have curative properties, something that pilgrims' feet will greatly enjoy in the burga (hot spring), the forerunner of thermal tourism in the province in the street Rúa Real. Here, the path crosses the medieval bridge over the Bermaña River and then continues along San Roque Street to leave the centre of Caldas de Reis as you go uphill.
Once in the village of Valga, you cross woodlands by the Valga River, surrounded by windmills, and enjoy views over the Ulla River Valley. In the town of Pontecesures, a first century Roman bridge crosses this river, dividing the provinces of Pontevedra and A Coruña.

Last stage: Padrón-Santiago de Compostela (24,8 km)

When you arrive in the province of A Coruña, you are about to reach the town of Santiago de Compostela, where you will enter the Cathedral through Praterías Square.



Camino Portugués por la costa

Dificultad: media-baja
Longitud: 162,8 km

El Camino Portugués por la Costa es una travesía por el litoral que antaño era utilizada por las y los viajantes de ultramar que se dirigían a Compostela. Este pintoresco camino se inicia en Oporto y discurre en su mayor parte siguiendo la línea del océano Atlántico hasta que en Redondela deja la costa para unirse al Camino Portugués central.
Una de las curiosidades de este itinerario es que, para poder entrar en España desde Portugal, hemos de cruzar el río Miño en barco. Un bonito trayecto que parte de la localidad portuguesa de Caminha hasta llegar al municipio gallego de A Guarda.

The Coastal Portuguese Way

Difficulty level: moderate-easy
Length: 162.8 km

The Coastal Portuguese Way is a route along the coast that used to be taken by overseas travellers heading to the town of Santiago de Compostela. This picturesque itinerary begins in the city of Porto and, for its most part, sticks to the Atlantic coast until reaching the town of Redondela, where it heads inland to link up with the central Portuguese Way.
One of the unique aspects about this route is that in order to cross from Portugal into Spain, pilgrims must traverse the Miño River by boat, setting off from the Portuguese town of Caminha and arriving in the Galician municipality of A Guarda.

Deputación Pontevedra | rías baixas



Etapa A Guarda-Oia (16,7 km)

Es la entrada a Galicia. El municipio de A Guarda ha crecido en la falda del imponente castro de Santa Trega, principal valor turístico e histórico de la localidad, del siglo IV a. C., desde donde sorprende la magnífica panorámica de la desembocadura del río Miño.
Continuamos por el municipio de O Rosal, donde la gran fertilidad y particularidad del terreno se ve reflejada en los célebres vinos de la denominación de origen Rías Baixas.
A partir de aquí, nos encontraremos con un rico patrimonio etnográfico, como los molinos de O Folón y O Picón, hasta llegar a la localidad de Mougás, en Oia.
Seguimos de camino a Oia por la línea costera, con el océano a nuestra izquierda.

Etapa Oia-Baiona (18,6 km)

Al llegar a Oia nos encontramos con el monasterio de Santa María de Oia, fundado en el año 1137, el cual, debido a su estratégico emplazamiento, también ayudó a defender la costa.
Además, Oia alberga parajes naturales como As Pozas, donde el agua realiza un recorrido espectacular y los restos del castro de A Cabeciña. Siguiendo el curso de la costa nos adentramos en Baiona pasando por cabo Silleiro, donde las vistas a las islas Estelas y a las Cíes dejan sin aliento.

Stage: A Guarda-Oia (16,7 km)

A Guarda is the gateway to Galicia. This town has developed on the slope of Santa Trega Hill, where you can visit its main historical and tourist attraction, the castro (Galician pre-Roman hillfort settlement) dating back to the 4th century BC and offering spectacular views of the mouth of the Miño River.
Continuing on through the municipality of O Rosal, the land's unique characteristics and fertility are evident in the renowned wines under the designation of origin Rías Baixas.
From here to the village of Mougás, in the village of Oia, you can enjoy a wealth of ethnographic heritage, such as O Folón and O Picón mills.
Head towards the village of Oia, along the coastline, with the ocean on your left.

Stage: Oia-Baiona (18,6 km)

Once you reach the village of Oia, you will find the Santa María de Oia Monastery, founded in 1137, which served as a coastal defensive structure due to its strategic location.
Oia is also home to natural landscapes like As Pozas, with spectacular water streams, and the remains of a pre-Roman hillfort settlement, known as A Cabeciña. Following the coastline, you reach the town of Baiona after passing by Cape Silleiro, which offers stunning views over the Estelas and Cíes islands.

Etapa Baiona-Vigo (26,9 km)

Baiona es una preciosa y elegante villa marinera protegida del mar por una bahía y donde comienza la ría de Vigo. En esta localidad se asienta la fortaleza de Monterreal, hoy convertida en parador nacional. Debido a su riqueza patrimonial, su casco antiguo ha sido declarado conjunto histórico-artístico.

Nos despedimos de Baiona en dirección a Santa Cristina da Ramallosa, pasando por el puente románico de A Ramallosa. Aquí se puede observar la marisma de A Foz del río Miñor, que cuenta con una gran riqueza ecológica.

Al entrar en Nigrán, el camino nos regala bellas muestras de arquitectura e historia a través de su paisaje rural, sus pazos, sus cruceiros o el Templo Votivo del Mar, obra de Antonio Palacios.

Continuando por la N-550, nos adentramos en el municipio de Vigo, la mayor ciudad de Galicia.

Stage: Baiona-Vigo (26,9 km)

Baiona is a delightful, elegant fishing town sheltered from the sea by a bay and the beginning of the coastal inlet Ría de Vigo. This town is home to the Monterreal Fortress, which today houses a luxury hotel. It boasts such a rich heritage that this town was declared a historic and artistic site.

From here, you continue on to Santa Cristina da Ramallosa, crossing over the A Ramallosa Roman Bridge. Here, you can observe the marsh of A Foz do río Miñor, which has a rich economic richness.

Once in the town of Nigrán, you can admire beautiful architectural and historical elements, such as its rural landscape, its pazos (manor houses), cruceiros (stone crosses) or the Templo Votivo do Mar, a church designed by the Spanish architect Antonio Palacios.

And following the N-550 road we reach Vigo, the largest city in Galicia.





Etapa Vigo-Redondela (15,8 km)

En el término municipal de Vigo podremos disfrutar de la senda del río Lagares y atravesar el parque de Castrelos, donde se encuentra el espectacular pazo Quiñones de León, monumento histórico con una estupenda pinacoteca y un impresionante jardín lleno de camelias milenarias.
Si nos adentramos en el centro de Vigo, podemos viajar en el tiempo en su casco antiguo, declarado conjunto histórico-artístico, con diversos puntos de gran interés: la concatedral de Santa María de estilo neoclásico; la Casa Ceta o el pazo de los Figueroa; el Mercado da Pedra o la calle de Os Cesteiros, que cuenta con un encanto artesanal. Además, con un semblante señorial y coronando la ciudad se encuentra el parque de O Castro, donde se pueden obtener las mejores vistas de la ría de Vigo y las islas Cíes.
Salimos de Vigo por el barrio de Teis y continuaremos hasta Redondela por una ruta con gran valor ecológico y paisajístico, donde confluye con el Camino Portugués del interior y desde el cual ya solo quedarán 84,7 km de camino a Compostela.

Stage: Vigo-Redondela (15,8 km)

Once you enter the city of Vigo, you can enjoy the Lagares River path and walk through the Castrelos Park, where you will see the spectacular manor house Pazo Quiñones de León, a historical monument with a remarkable picture gallery and an impressive garden with plenty of ancient camellias.
In the centre of Vigo, you find the old town, declared a historic and artistic site, boasting many attractions: the Santa María Co-Cathedral, a neoclassical church; the Casa Ceta and the manor house Pazo dos Figueroa; the market Mercado da Pedra; or Os Cesteiros, the charming basketmakers' street. Moreover, on the top of the city is O Castro Park, which offers the most spectacular views over the coastal inlet Ría de Vigo and the Cíes Islands.
Leaving Vigo behind, you will cross the Teis district and then continue to the town of Redondela along a path of great ecological and scenic value, which meets the inland Portuguese Way. Now, you only have to walk for 84.7 km to reach the town of Santiago de Compostela.



Camino Sanabrés o Vía de la Plata

Dificultad: media
Longitud: 223,5 km

Es el gran camino que une la península de norte a sur; una importante calzada romana cargada de restos impecables, como puentes o miliarios, que se mantiene pese al paso de los siglos. Es, sin duda, una de las rutas más bellas.
Cuando la Vía de la Plata llega a la provincia de Pontevedra llevamos recorrido ya 154,6 km en Galicia.

The Mozarabic Way or the Silver Way

Difficulty: moderate
Length: 223.5 km

This spectacular route joins the southern half of the Iberian Peninsula with the northern one. It is a great Roman road boasting remains, such as bridges and milestones, which have been well-preserved over the centuries. This is, without a doubt, one of the most beautiful routes.
When the Silver Way reaches the province of Pontevedra, pilgrims have already completed 154.6 km in Galicia.

Deputación Pontevedra | rías baixas



Etapa Dozón-Bendoiro (18,5 km)

Recién llegados de Oseira, en Ourense, cruzaremos O Castro de Dozón, en cuyas cercanías se encuentra el monasterio e iglesia monacal de San Pedro de Vilanova, una joya del arte románico gallego del siglo XII.
Nos pondremos rumbo a Lalín, capital de la comarca de Deza, y atravesaremos senderos rurales de gran belleza natural. Aquí también podremos visitar la iglesia de San Martiño, que formó parte de un monasterio fundado en el siglo X.
El recorrido continúa hasta Bendoiro (Lalín), en dirección a Silleda.

Etapa Bendoiro-Outeiro (33,6 km)

El río Deza continúa acompañándonos en la ruta. Podemos desviarnos para visitar el santuario mariano de O Corpiño, al cual también acuden muchas personas en peregrinación.
Quien cruza el valle del Ulla se asoma a un territorio pródigo de pazos e iglesias ligados a la tradición jacobea de la Traslatio, cruzando la población de Trasfontao hasta llegar al municipio de Silleda. Más tarde, partiremos del centro de Silleda, en dirección a A Bandeira, en el mismo término municipal, muy conocida por sus sabrosas empanadas. A su paso por este municipio también podremos visitar el pazo de Oca, un armonioso conjunto conocido como "el Versalles gallego" por ser una obra maestra de arquitectura pétrea y vegetal del siglo XII.
La ruta continúa hacia Vedra pasando por Ponte Ulla, punto limítrofe de las provincias de Pontevedra y A Coruña.
Desde aquí ya solo quedarán 16,7 km de camino a Compostela.

Stage: Dozón-Bendoiro (18,5 km)

Once you arrive from the village of Oseira, in the province of Ourense, you cross O Castro de Dozón, on the outskirts of which lies the monastery and monastic San Pedro de Vilanova Church, a true gem of the 12th-century Galician Romanesque art.
From there you will head towards the town of Lalín, the capital of the area of Deza, along rural roads of stunning natural beauty. Here, you can also visit San Martiño Church, which was once part of a 10th-century monastery.
This stage ends in the village of Bendoiro, in Lalín, towards the town of Silleda.

Stage: Bendoiro-Outeiro (33,6 km)

The Deza River accompanies you along the route. You can take a detour to visit the Marian Sancturay of O Corpiño, which is a popular pilgrimage site.
After crossing the Ulla Valley, you will find a land filled with pazos (Galician manor houses) and churches linked to the Traslatio (the journey by sea of the body of Saint James the Apostle from Jerusalem to Galicia), going through the village of Trasfontao to reach Silleda. When leaving this town, you pass through the village of A Bandeira, in the same village, known for its tasty empanadas (typical Galician savoury pie). On your way through A Estrada, you can also visit the manor house Pazo de Oca, known as 'the Galician Versailles', boasting majestic stone buildings and beautiful gardens from the 12th-century.
The route continues towards the village of Vedra, where you cross over the village of Ponte Ulla, which marks the border between the provinces of Pontevedra and A Coruña.
Now, you only have to cover 16.7 km to reach the town of Santiago de Compostela.

Camino de Invierno

Dificultad: media-alta
Longitud: 235,5 km

Este camino atraviesa las cuatro provincias gallegas y es la entrada natural a Galicia desde la meseta, un acceso ya utilizado por los romanos.
Es una ruta que permitía evitar el ascenso al puerto de O Cebreiro a los peregrinos medievales del Camino de Santiago, que en la época invernal más cruda se volvía extremadamente duro. Bien desde Ponferrada o la misma Villafranca del Bierzo, este camino sigue al abrigo de los ríos Sil y Miño y se junta con la Vía de la Plata.
Desde Ponferrada seguimos el curso natural del caudaloso río Sil durante 157,7 km hasta entrar en la comarca de Deza, en la provincia de Pontevedra.

Etapa Rodeiro-Bendoiro (26,8 km)

Tras varias etapas, llegamos a Rodeiro, donde pasaremos por la casa consistorial, que fue erguida sobre las ruinas de una fortaleza, y continuaremos en dirección a Lalín cruzando el río Arnego por el puente medieval de Pedroso.
Lalín muestra con orgullo su condición de ser "el kilómetro o de Galicia" y conocida por su Feria del Cocido.
Continuando en dirección a Bendoiro (Lalín), el itinerario discurre entre robledas para incorporarse al Camino Sanabrés o Vía de la Plata, en la etapa Bendoiro-Outeiro, donde quedarán un total de 50,3 km a Santiago de Compostela.

The Winter Way

Difficulty: moderate-challenging
Longitud: 235,5 km

This route, which was already used by the Romans, crosses the four Galician provinces, and it is the natural entrance to Galicia from the Spanish inner plateau.
In the Middle Ages, pilgrims on the Way of Saint James chose this route to avoid going up to the mountain pass of O Cebreiro, which in the dead of winter was a rather difficult journey. Whether from the towns of Ponferrada or Villafranca del Bierzo, this route runs along the Sil and Miño rivers, eventually linking up with the Silver Way.
From Ponferrada, it follows the natural course of the mighty Sil River for 157.7 km until it enters the area of Deza, in the province of Pontevedra.

Stage: Rodeiro-Bendoiro (26,8 km)

After completing several stages, you will reach Rodeiro and pass by its town hall, which was built on the remains of a former fortress. Then, the route heads towards the town of Lalín after crossing the Pedroso medieval bridge over the Arnego River.
Lalín is considered the kilometre zero and is popular for its food festival Feira do Cocido (Festival of the Galician Stew).
As you head towards the village of Bendoiro in Lalín, you pass through beautiful oak groves. Then, this route meets the Silver Way, on the stage Bendoiro-Outeiro, when you are only 50.3 km away from the town of Santiago de Compostela.







Ruta del Mar de Arousa y Río Ulla

Dificultad: baja

Esta ruta es un singular itinerario marítimo y fluvial que conmemora la llegada por mar del cuerpo del apóstol Santiago en el año 44. Según la tradición y el Libro III del Códice Calixtino, el cuerpo de Santiago, acompañado por los discípulos Teodoro y Atanasio, navegó la ría de Arousa y remontó el río Ulla para llegar a Iria Flavia (Padrón), donde se incorporó a un camino (hoy Camino Portugués) durante 24,8 km hasta llegar a Compostela.
Por ello, esta ruta también es conocida como Traslatio y constituye el único vía crucis marítimo del mundo. En las riberas e islotes de la ría es posible observar varios cruceiros ubicados en lugares estratégicos: un total de 17 obras escultóricas que jalonan la ruta.

Route of The Sea of Arousa and The Ulla River

Difficulty: low

This sea-river route commemorates the arrival of the Apostle James' body by sea in the year 44 AD. According to oral tradition and to book III of Codex Calixtinus, the disciples Theodore and Athanasius arrived with the body of the apostle via the coastal inlet Ría de Arousa, sailing up the Ulla River and finally landing in the village of Iria Flavia, in the town of Padrón. Here they took a path (today known as the Portuguese Way), from where you have to walk 24 km to get to the town of Santiago de Compostela.
This route, also known as the Traslatio, is the only maritime via crucis in the world. Cruceiros (stone crosses) can be seen strategically placed along the riverbanks and on its small islands; a total of 17 sculptures marking the route.

Deputación Pontevedra | riasbaixas

El escultor creador de doce de estos fue el conocido y afamado Alfonso Sanmartín Abelleira. Puede decirse que fue un continuador de la escuela gallega de escultores de la época. Esculpió y restauró multitud de monumentos. No se sabe cuándo se instalaron, pero sí que la gran mayoría se encontraban erguidos ya en el año 1965. Estos cruceiros son, sin duda, un original e inestimable patrimonio cultural y artístico que permanecerá durante años en nuestra ría.

En total, consta de diez municipios ricos en patrimonio popular y etnográfico, en cultura y gastronomía. Una ría salpicada por islas que surgen de entre bateas de mejillones, ostras y vieiras. Desde Sanxenxo hasta Pontecesures, pasaremos por Meaño, O Grove, Cambados, Vilagarcía de Arousa, A Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Catoira y Valga, primero en barco y, el último tramo, a pie.

Twelve of these were made by Alfonso Sanmartín Abelleira, a famous Galician sculptor. It could be said that he continued the Galician school of sculptors from previous times. He was a great sculptor and restorer of a large number of monuments. It is not known exactly when they were erected, but the majority were in place by 1965. These cruceiros are undoubtedly a part of our original and invaluable cultural heritage, which will remain in our ría (coastal inlet) for years to come.

The route covers ten towns and villages rich in popular and ethnographic heritage, culture and gastronomy. Ría de Arousa has plenty of small islands mingled with mussel, oyster and scallop bateas (rafts). Then, you go by boat from the town of Sanxenxo to Pontecesures (Meaño, O Grove, Cambados, Vilagarcía de Arousa, A Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Catoira and Valga) and the last stage is on foot.




¡BUEN CAMINO!
GOOD WAY!



INFORMACIÓN DE INTERÉS PARA LAS Y LOS PEREGRINOS

Qué deben saber

La credencial es el pasaporte de la o del peregrino, que debe ser sellado en cada etapa.
La Compostela es el documento que acredita el final de la peregrinación y para obtenerla es necesario sellar la credencial dos veces al día y escoger una de las siguientes opciones:

- **100 km a pie o a caballo**
- **200 km en bicicleta**
- **100 millas náuticas navegadas y realizar a pie los últimos kilómetros del Camino.**

La credencial es básica para pernoctar en los albergues y certifica la andadura mediante el sello y la fecha. Una vez en el destino, esta se debe entregar en la Oficina de Acogida del Peregrino para recibir la Compostela.

Correos de contacto:
credencialesperegrinos@catedraldesantiago.es
oficinadelperegrino@catedraldesantiago.es

Algunos consejos

- Planificar las etapas adaptándolas a las capacidades físicas y los objetivos.
- Evitar mochilas grandes; se recomienda un peso máximo de 10 kg.
- Usar calzado cómodo y elástico, preferiblemente de suela dura, sombrero y bastón. La ropa debe adaptarse a la época del año.
- Evitar realizar el Camino de noche. De hacerlo, vestir ropa reflectante.
- Llevar un pequeño botiquín.
- Alimentarse de forma ligera (con aporte de hidratos de carbono) y mantener una buena hidratación.
- Llevar la credencial o un diario de ruta.
- Descansar entre etapas.

Disfrutemos y cuidemos esta ruta milenaria.

Deputación Pontevedra | rías baixas

USEFUL INFORMATION FOR PILGRIMS

Important things to know

The credencial is the pilgrim's passport, which must be stamped at each stage of the Way.
The Compostela is the certificate of the pilgrimage to Santiago de Compostela. In order to obtain it, pilgrims have to stamp the credencial twice a day and choose one of the following options:

- **100 km on foot or on horseback**
- **200 km by bycicle**
- **100 nautical miles by boat and completing the last kilometres of the Way on foot.**

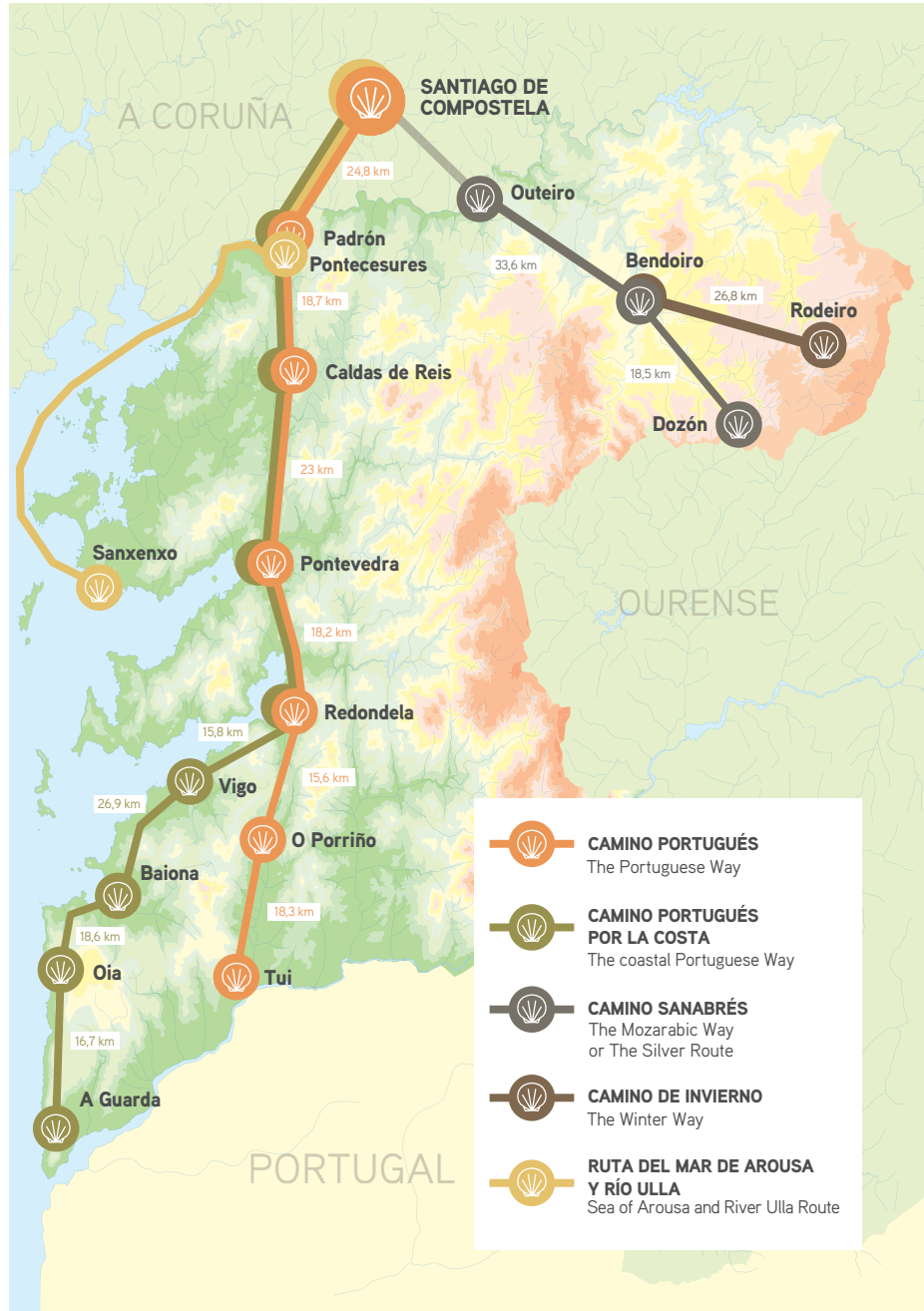
This credencial is necessary in order to stay at the hostels along the Way and to certify that you have done the pilgrimage by collecting stamps with the co-rresponding date from the places you pass through. Once pilgrims reach the destination, the credencial is delivered to the Pilgrim Reception Office and the Compostela is granted in return.

Contact:
credencialesperegrinos@catedraldesantiago.es
oficinadelperegrino@catedraldesantiago.es

A few tips

- Plan the stages according to your physical condition and objectives.
- Avoid large backpacks. It is recommended not to carry more than 10 kg.
- Wear comfortable, elastic hard-soled footwear and bring a hat and a walking stick. Clothing should be adapted to the season of the year.
- Avoid walking at night. If you do so, wear reflective clothing.
- Bring a small first aid kit.
- Eat light foods with carbohydrates and hydrate yourself.
- Do not forget the credencial or a travel log.
- Make sure you have enough rest every day.

Enjoy and take care of this long-standing route!







Caminos de Santiago

AVENTÚRATE Y SIENTE

SIENTE RÍAS BAIXAS

www.**turismoriasbaixas**.com

Pza. Santa María s/n - 36071 Pontevedra

Tel.: +34 886 211 700

Cuando no me necesites, depositame en el contenedor azul para poder reinventarme.

When you no longer need me, put me in the blue bin so that I can reinvent myself.

Deputación Pontevedra | riasbaixas