

GALEGO / FRANÇAIS



CAMIÑOS DE SANTIAGO

AVENTÚRATE E SINTE



Edita: Turismo Rías Baixas—Deputación de Pontevedra
Fotografías: Arquivo Turismo Rías Baixas
Deseño e maquetación: Anónimo Advertising
Depósito Legal: VG 409-2017



**Ti non fas o Camiño,
o Camiño faite a ti**

Ce n'est pas vous qui
complétez le Chemin, c'est le
Chemin qui vous complète.

CAMIÑOS DE SANTIAGO **RÍAS BAIXAS**

Podemos dicir, sen ningunha dúbida, que o Camiño de Santiago é a ruta máis antiga, máis concorrida e máis coñecida de Europa. É todo un emblema e a súa fama non só se debe aos seus numerosos e diferentes itinerarios, senón tamén ao seu carácter espiritual e aventureiro, que reúne peregrinas, peregrinos, camiñantes ou simples trotamundos baixo una mesma meta: chegar a Santiago de Compostela.

Le Chemin de Saint-Jacques est, sans aucun doute, le plus ancien, le plus fréquenté et le plus connue d'Europe. C'est un emblème et sa renommée est due non seulement à ses nombreux et différents itinéraires, mais aussi à son caractère spirituel et aventureux, qui réunit pèlerins, marcheurs ou simples globe-trotters dans un même but : atteindre la ville de Saint-Jacques-de-Compostelle.



Deputación
Pontevedra





ÍNDICE / INDEX

- Páx 6 **Camiño Portugués**
Chemin Portugais
- 10 **Camiño Portugués pola costa**
Chemin Côtier Portugais
- 14 **Camiño Sanabrés ou Vía da Prata**
Route De L'argent
- 16 **Camiño de Inverno**
Chemin D'hiver
- 18 **Ruta do Mar de Arousa e Río Ulla**
Route de la Mer D'arousa et du Fleuve Ulla
- 22 **Información de interese para as e os peregrinos**
Unformations utiles pour les pèlerins



Camiño Portugués

Dificultade: media-baixa

Lonxitude: 118,6 km

É o camiño trazado para acceder a Galicia a través de terras portuguesas, que tomou gran relevancia a partir do século XII, tras a independencia de Portugal, e que estableceu conexións culturais, económicas e espirituais de moita importancia. Esta ruta asentou unha gran devoción xacobeá por vías e camiños antigos, coma a vía XIX, construída no século I, unha das calzadas romanas máis importantes que vertebrou Gallaecia.

Chemin Portugais

Difficulté : moyenne-basse

Longueur : 118,6 km

Cette route, qui mène à la Galice en passant par les terres portugaises, est devenue très importante à partir du XII^e siècle, après l'indépendance du Portugal. Elle a établi des liens culturels, économiques et spirituels très remarquables, ainsi qu'une grande dévotion à Saint-Jacques le long d'anciennes routes et chemins, comme la Voie Romaine XIX, construite au I^{er} siècle, l'une des plus importantes pour structurer la Gallaecia.



Deputación
Pontevedra



riasbaixas

Etapa Tui-O Porriño (18,3 km)

Tui é unha pequena cidade fronteiriza onde poderemos descubrir, en primeiro lugar, a fascinante catedral de Santa María de Tui, punto de entrada ás Rías Baixas por este camiño. Aquí tamén se atopa un dos elementos máis destacados do camiño: a ponte de San Telmo. Alcumada “ponte das febres”, é famosa pola súa arquitectura e porque foi aquí onde san Telmo enfermou de febre en 1251.

O camiño segue en dirección ao Porriño envolvido na serenidade do rural galego, cruzando ríos, vales e lugares emblemáticos que cativan facilmente.

Étape Tui-O Porriño (18,3 km)

Tui est une petite ville frontalière où l'on peut découvrir la fascinante cathédrale de Santa María de Tui, point d'entrée vers As Rías Baixas par cette route. C'est également ici que se trouve l'un des éléments les plus remarquables de l'itinéraire : le pont de San Telmo. Surnommé le « pont des fièvres », il est célèbre pour son architecture et parce que c'est ici que Saint Elme est tombé malade de la fièvre en 1251.

La route continue vers la ville d'O Porriño à travers la paisible campagne galicienne, en traversant des rivières, des vallées et des lieux emblématiques et charmants.

Etapa O Porriño-Redondela (15,6 km)

O Porriño é a vila natal do arquitecto Antonio Palacios, onde se sitúan algunhas das súas obras: o pazo do Concello, a fonte do Cristo, A Botica Nova ou o templo de San Luís.

Nos últimos metros do tramo, ao seu paso polo municipio de Mos, atópase o miliario de Santiaguiño de Antas, que data do século II. Este formaba parte da Vía XIX e, ademais de ser un indicador de millas romanas, era obxecto de prácticas supersticiosas.

O camiño chega a Redondela, desde onde podes divisar a enseada de San Simón na ría de Vigo, a cal ofrece unha estampa idílica.

Étape O Porriño-Redondela (15,6 km)

O Porriño est la ville natale du célèbre architecte Antonio Palacios. On y trouve certaines de ses œuvres : la mairie, la fontaine d'O Cristo, la pharmacie A Botica Nova et l'édicule de San Luis.

Dans les derniers mètres, en traversant la commune de Mos, on trouve la borne milliaire de Santiaguiño de Antas, qui date du II^e siècle. Elle faisait partie de la Voie Romaine XIX et faisait l'objet de pratiques superstitieuses.

Une fois arrivé à la ville de Redondela, il y a une vue imprenable sur la crique de San Simón, dans la ría de Vigo.



Etaapa Redondela-Pontevedra (18,2 km)

Redondela está en plena ría de Vigo; no seu centro emerxen as illas de San Simón e Santo Antón, e baixo as súas augas xacen os restos dos galeóns da batalla de Rande (1702).

Tras atravesar esta interesante zona chegaremos a Ponte Sampaio, onde se atopa a histórica ponte medieval na que se desatou a batalla de Ponte Sampaio en 1809, durante a guerra da Independencia, e onde as tropas do capitán Morillo eliminaron os franceses.

Continuando por evocadores e milenarios camiños empedrados, con tramos da propia vía romana XIX, chegamos á capital da provincia: Pontevedra.

Etaapa Pontevedra-Caldas de Reis (23 km)

Pontevedra é unha preciosa cidade declarada conxunto histórico-artístico, o cal se integra nunha antiga zona amurallada. O mellor é perderse entre as súas rúas, pola zona vella da cidade, e gozar dos casaróns, dos pazos, das prazas e dos seus pequenos recunchos. Recomendamos visitar a igrexa da Virxe Pe-

Étape Redondela-Pontevedra (18,2 km)

La ville de Redondela est située au milieu de la ría de Vigo, d'où l'on peut voir les îles de San Simón et Santo Antón. Sous les eaux de cette ría se trouvent les restes des galions coulés lors de la bataille de Rande (1702).

Après avoir traversé cette zone intéressante, nous arriverons à Ponte Sampaio. Dans ce village se trouve le pont médiéval historique où s'est déroulée la bataille de Ponte Sampaio en 1809, pendant la guerre d'indépendance espagnole, et où les troupes du capitaine Morillo ont vaincu les Français.

Le chemin suit des routes pavées évocatrices et millénaires, avec des tronçons de la Voie Romaine XIX, jusqu'à Pontevedra, la capitale de la province du même nom.

Étape Pontevedra-Caldas de Reis (23 km)

Pontevedra est une ville charmante déclarée site historique et artistique avec un centre historique fortifié. La meilleure chose à faire est de se promener dans ses rues et son centre historique, et d'apprécier les grandes maisons, les pazos (manoirs traditionnels galiciens), les places et les recoins. L'église Vir-



**Deputación
Pontevedra**





regrina, xoia do Barroco, que ten planta en forma de vieira, símbolo do Camiño a Santiago de Compostela.

Continuamos e deixamos atrás a capital das Rías Baixas despois de cruzar o río Lérez pola ponte do Burgo, onde comeza unha zona de bosques, prados e viñedos. Antes de chegar a Caldas de Reis, no municipio de Barro, poderemos visitar e gozar na Barosa, unha área recreativa onde destaca o conxunto de muíños que se estenden pola ferverza do río Agra.

Aquí alternanse tramos de sendas ata chegar ás portas de Caldas de Reis.

Etapa Caldas de Reis-Padrón (18,7 km)

Xa en Caldas de Reis podemos gozar da súa longa tradición termal, que provén da mesma época romana. As augas desta contorna teñen unha composición que lles confire propiedades curativas, algo que os pés das e dos peregrinos agradecerán se visitan a burga precursora do turismo termal na rúa Real.

O camiño, ao seu paso por Caldas de Reis, cruza a ponte medieval sobre o río Bermaña e continúa pola rúa San Roque para deixar atrás o centro de Caldas de Reis en ascenso. Ao chegar a Valga cruzaremos bosques bañados polas augas do río Valga e salpicados de muíños, e gozaremos de vistas ao val do río Ulla. Unha vez en Pontecesures, atopamos a ponte romana do século I, que serve de división entre as provincias de Pontevedra e da Coruña.

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

Entrando na provincia da Coruña xa se respira Compostela, onde chegaremos á catedral pasando pola praza de Praterías.

xe Peregrina, un joyau du style baroque, dont le plan rappelle une coquille Saint-Jacques, symbole du chemin de Saint-Jacques-de-Compostelle, est à ne pas manquer.

Nous continuons et laissons derrière nous la capitale d'As Rías Baixas après avoir traversé le fleuve Lérez sur le pont d'O Burgo, où commence une zone de bois, de prairies et de vignobles. Avant d'arriver à la ville de Caldas de Reis, dans la commune de Barro, nous pouvons visiter A Barosa, une zone de récréation avec des moulins qui s'étendent le long de la cascade du fleuve Agra.

Les sentiers se succèdent jusqu'à atteindre Caldas de Reis.

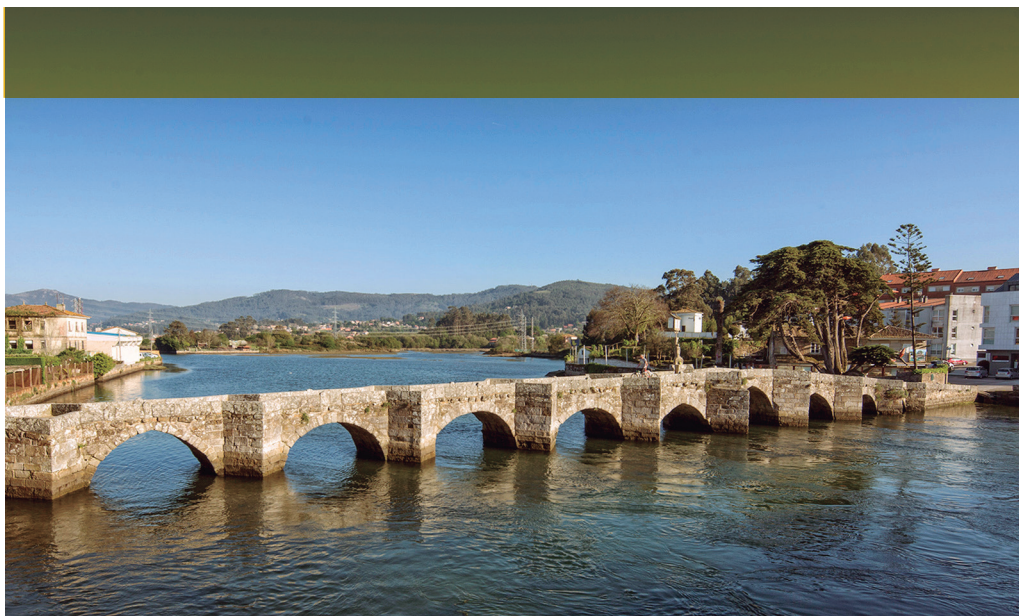
Étape Caldas de Reis-Padrón (18,7 km)

À la ville de Caldas de Reis, nous pouvons profiter de sa longue tradition thermale, qui remonte à l'époque romaine. Ces eaux ont des propriétés curatives ; les pieds des pèlerins seront donc reconnaissants de visiter la burga (source d'eau chaude), précurseur du tourisme thermal, qui se trouve à la rue Real. Ici, le chemin traverse le pont médiéval sur le fleuve Bermaña et continue par la rue San Roque pour laisser le centre de Caldas de Reis derrière nous en montant.

En arrivant au village de Valga, nous traversons des forêts bordant le fleuve Valga et entourées de moulins à vent, et nous pourrions admirer les vues sur la vallée du fleuve Ulla. Dans le village de Pontecesures, nous trouverons le pont romain du I^{er} siècle, qui sert de division entre les provinces de Pontevedra et A Coruña.

Dernière étape : Padrón-Santiago de Compostela (24,8 km)

En entrant dans la province d'A Coruña, nous sommes sur le point d'atteindre la ville de Saint-Jacques-de-Compostelle, où nous arriverons à la cathédrale par la place de Praterías.



Camiño Portugués pola costa

Dificultade: media-baixa
Lonxitude: 162,8 km

O Camiño Portugués pola Costa é unha travesía polo litoral que outrora era utilizada polas e polos viaxeiros de ultramar que se dirixían a Compostela. Este pintoresco camiño iníciase no Porto e discorre na súa meirande parte seguindo a liña do océano Atlántico ata que en Redondela deixa a costa para unirse ao Camiño Portugués central.

Unha das curiosidades deste itinerario é que, para poder entrar en España desde Portugal, debermos cruzar o río Miño en barco. Un bonito traxecto que parte da localidade portuguesa de Caminha ata chegar ao municipio galego da Guarda.

Chemin Côtier Portugais

Difficulté : moyenne-basse
Longueur : 162,8 km

Le Chemin côtier portugais est un itinéraire qui était autrefois emprunté par les voyageurs d'outre-mer qui se rendaient dans la ville de Saint-Jacques-de-Compostelle. Cette route pittoresque commence dans la ville de Porto et suit en grande partie la côte atlantique jusqu'à la ville de Redondela, où elle se dirige vers l'intérieur des terres pour rejoindre le Chemin central portugais.

L'une des curiosités de cette route est que, pour entrer en Espagne depuis le Portugal, il faut traverser le fleuve Minho en bateau. Il s'agit d'un bel itinéraire qui commence dans la ville portugaise de Caminha et se termine dans la commune galicienne d'A Guarda.

Etapas A Guarda-Oia (16,7 km)

É a entrada a Galicia. O municipio da Guarda creceu na faldra do imponente castro de Santa Trega, principal valor turístico e histórico da localidade, do século IV a. C., desde onde sorprende a magnífica panorámica da desembocadura do río Miño.

Continuamos polo municipio do Rosal, onde a gran fertilidade e particularidade do terreo se ve reflectida nos soados viños da denominación de orixe Rías Baixas. A partir de aquí, atopámonos cun rico patrimonio etnográfico, coma os muíños do Folón e do Picón, ata chegar á localidade de Mougás, en Oia.

Seguimos de camiño a Oia pola liña costeira, co océano á nosa esquerda.

Etapas Oia-Baiona (18,6 km)

Ao chegar a Oia atopámonos co mosteiro de Santa María de Oia, fundado no ano 1137, o cal, debido ao seu estratéxico emprazamento, tamén axudou a defender a costa. Ademais, Oia alberga paraxes naturais coma As Pozas, onde a auga realiza un percorrido espectacular e os restos do castro da Cabeciña. Seguindo o curso da costa chegamos a Baiona pasando por cabo Silheiro, onde as vistas ás illas Ronseis e ás Cíes deixan sen alento.

Étape A Guarda-Oia (16,7 km)

A Guarda est la porte d'entrée de la Galice. Cette ville s'est développée sur le versant de la colline Santa Trega, où l'on peut visiter l'imposant castro (village fortifié préromain), sa principale attraction historique et touristique, datant du IV^e siècle av. J.-C. et offrant une magnifique vue panoramique sur l'embouchure du fleuve Miño.

Nous continuerons par la commune d'O Rosal, où la fertilité et les particularités de la terre se reflètent dans les célèbres vins de l'appellation d'origine Rías Baixas. À partir de là, nous découvrirons un riche patrimoine ethnographique, comme les moulins d'O Folón et d'O Picón, jusqu'à ce que nous atteignons le village de Mougás, dans la ville d'Oia. Nous poursuivons notre route vers Oia en longeant la côte, avec l'océan à notre gauche.

Étape Oia-Baiona (18,6 km)

En arrivant à la ville d'Oia, on trouve le monastère de Santa María de Oia, fondé en 1137, qui, en raison de sa position stratégique, servait de structure défensive côtière. Oia abrite également des sites naturels comme As Pozas, où l'eau suit un cours spectaculaire, et les vestiges du village fortifié préromain d'A Cabeciña. En longeant la côte, nous atteindrons la ville de Baiona, en passant par le cap Silheiro, qui offre une vue imprenable sur les îles Estelas et Cíes.

Etapas Baiona-Vigo (26,9 km)

Baiona é unha preciosa e elegante vila mariñeira protexida do mar por unha baía e onde comeza a ría de Vigo. Nesta localidade aséntase a fortaleza de Monterreal, hoxe convertida en parador nacional. Debido á súa riqueza patrimonial, a súa zona vella foi declarada conxunto histórico-artístico.

Despedímonos de Baiona en dirección a Santa Cristina da Ramallosa, pasando pola ponte románica da Ramallosa. Aquí pódese observar a marisma da Foz do río Miñor, que conta cunha gran riqueza ecolóxica.

Ao entrar en Nigrán, o camiño regálanos fermosas mostras de arquitectura e historia a través da súa paisaxe rural, os seus pazos, os seus cruceiros ou o Templo Votivo do Mar, obra de Antonio Palacios.

Continuando pola N-550, chegamos ao municipio de Vigo, a maior cidade de Galicia.

Étape Baiona-Vigo (26,9 km)

Baiona est une belle et élégante ville balnéaire protégée de la mer par une baie et où commence la ria de Vigo. Dans cette ville se trouve la forteresse de Monterreal, aujourd'hui transformée en hôtel de luxe. Grâce à son riche patrimoine, son centre historique a été déclaré site historique et artistique.

Nous quittons Baiona en direction de Santa Cristina da Ramallosa, en traversant le pont roman d'A Ramallosa. On peut y voir le marais d'A Foz du fleuve Miñor, d'une grande richesse écologique.

Une fois dans la ville de Nigrán, nous pourrions admirer des beaux exemples d'architecture et d'histoire à travers son paysage rural, ses pazos (manoirs traditionnels galiciens), ses cruceiros (calvaires) et le Templo Votivo do Mar, œuvre de l'architecte espagnol Antonio Palacios.

En suivant la route N-550, nous arrivons à Vigo, la plus grande ville de la Galice.





Etapa Vigo-Redondela (15,8 km)

No termo municipal de Vigo poderemos gozar da senda do río Lagares e atravesar o parque de Castrelos, onde se atopa o espectacular pazo Quiñones de León, monumento histórico cunha estupenda pinacoteca e cun impresionante xardín cheo de camelias milenarias.

Se nos internamos no centro de Vigo, podemos viaxar no tempo na súa zona vella, declarada conxunto histórico-artístico, con diversos puntos de grande interese: a concatedral de Santa María de estilo neoclásico; a Casa Ceta ou o pazo dos Figueroa; o Mercado da Pedra ou a rúa dos Cesteiros, que conta cun encanto artesanal. Ademais, cun aspecto señorial e coroando a cidade atópase o parque do Castro, onde se poden obter as mellores vistas da ría de Vigo e das illas Cíes. Saímos de Vigo polo barrio de Teis e continuaremos ata Redondela por unha ruta cun gran valor ecolóxico e paisaxístico, onde conflúe co Camiño Portugués do interior e desde o cal xa só quedarán 84,7 km de camiño a Compostela.

Étape Vigo-Redondela (15,8 km)

Dans la commune de Vigo, nous pourrions profiter du sentier du fleuve Lagares et nous promener dans le parc de Castrelos, où se trouve le spectaculaire manoir traditionnel galicien Pazo Quiñones de León, un monument historique doté d'une magnifique pinacothèque et d'un impressionnant jardin rempli de camélias millénaires.

Dans le centre de Vigo, nous pourrions remonter le temps dans son centre historique, déclarée site historique et artistique, qui offre plusieurs points d'intérêt : la co-cathédrale néoclassique Santa María, la Casa Ceta ou le manoir traditionnel galicien Pazo Figuero, le marché Mercado da Pedra ou Os Cesteiros, une charmante rue des vanniers. Le parc d'O Castro couronne la ville et offre les meilleures vues sur la ría de Vigo et les îles Cíes.

Nous quittons Vigo par le quartier de Teis et continuons jusqu'à la ville de Redondela par une route de grande valeur écologique et paysagère, qui rejoint le Chemin portugais intérieur. De là, il ne reste plus que 84,7 km pour atteindre Saint-Jacques-de-Compostelle.



Camiño Sanabrés ou Vía da Prata

Dificultade: media
Lonxitude: 223,5 km

É o gran camiño que une a península de norte a sur; unha importante calzada romana cargada de restos impecables, coma pontes ou miliarios, que se mantén pese ao paso dos séculos. É, sen dúbida, unha das rutas máis fermosas.

Cando a Vía da Prata chega á provincia de Pontevedra levamos percorrido xa 154,6 km en Galicia.

Route De L'argent

Difficulté : moyenne
Longueur : 223,5 km

Cette grande route relie la péninsule du nord au sud ; une importante voie romaine pleine de vestiges, tels que des ponts et des bornes milliaires, qui ont été préservés malgré le passage des siècles. Il s'agit sans aucun doute de l'un des plus beaux itinéraires.

Lorsque la route de l'Argent atteindra la province de Pontevedra, nous aurons déjà parcouru 154,6 km en Galice.

Etapla Dozón-Bendoiro (18,5 km)

Acabados de chegar de Oseira, en Ourense, cruzaremos O Castro de Dozón, en cuxas proximidades se atopa o mosteiro e igrexa monacal de San Pedro de Vilanova, unha xoia da arte románica galega do século XII.

Poñeremos rumbo a Lalín, capital da comarca de Deza, e atravesaremos sendas rurais de gran beleza natural. Aquí tamén poderemos visitar a igrexa de San Martiño, que formou parte dun mosteiro fundado no século X.

O percorrido continúa ata Bendoiro (Lalín), en dirección a Silleda.

Etapla Bendoiro-Outeiro (33,6 km)

O río Deza continúa acompañándonos na ruta. Podemos desviarnos para visitar o santuario mariano do Corpiño, ao cal tamén acoden moitas persoas en peregrinación.

Quen cruza o val do Ulla asómase a un territorio pródigo de pazos e igrexas ligados á tradición xacobeá da Traslato, cruzando a poboación de Trasfontao ata chegar ao municipio de Silleda. Máis tarde, partiremos do centro de Silleda, en dirección á Bandeira, no mesmo termo municipal, moi coñecida polas súas saborosas empanadas. Ao seu paso por este municipio tamén poderemos visitar o pazo de Oca, un harmonioso conxunto coñecido coma “o Versailles galego” por ser unha obra mestra de arquitectura pétrea e vexetal do século XII. A ruta continúa cara a Vedra pasando por Ponte Ulla, punto limítrofe das provincias de Pontevedra e da Coruña.

Desde aquí xa só quedarán 16,7 km de camiño a Compostela.

Étape Dozón-Bendoiro (18,5 km)

En arrivant du village d'Oseira, dans la province d'Ourense, nous traverserons O Castro de Dozón, où se trouvent le monastère et l'église monastique de San Pedro de Vilanova, joyau de l'art roman galicien du XIIe siècle.

Nous nous dirigerons ensuite vers la ville de Lalín, capitale du canton de Deza, et traverserons des sentiers ruraux d'une grande beauté naturelle. Nous pourrions y visiter l'église de San Martiño, qui faisait partie d'un monastère fondé au Xe siècle.

Cet itinéraire se termine dans le village de Bendoiro, Lalín, en direction du village de Silleda.

Étape Bendoiro-Outeiro (33,6 km)

Le fleuve Deza nous accompagne tout au long du chemin. Nous pouvons faire un détour pour visiter le sanctuaire marial d'O Corpiño, où de nombreuses personnes se rendent également en pèlerinage.

Après avoir traversé la vallée du fleuve Ulla, nous trouverons un territoire riche en pazos (manoirs traditionnels galiciens) et en églises liés à la Traslato (transport par mer du corps de l'apôtre saint Jacques), en traversant le village de Trasfontao jusqu'à atteindre la commune de Silleda. Plus tard, nous quitterons le centre de Silleda vers le village d'A Bandeira, dans la même commune, connue pour ses savoureuses empanadas (chaussons salés typiques de la Galice). En traversant cette commune, nous pourrions également visiter le manoir Pazo de Oca, surnommé le « Versailles galicien », un chef-d'œuvre d'architecture en pierre avec des jardins spectaculaires datant du XIIe siècle.

La route continue vers la commune de Vedra en passant par le village de Ponte Ulla, qui marque la frontière entre les provinces de Pontevedra et de A Coruña.

D'ici il ne reste plus que 16,7 km pour atteindre la ville de Saint-Jacques-de-Compostelle.

Camiño de Inverno

Dificultade: media-alta

Lonxitude: 235,5 km

Este camiño atravesa as catro provincias galegas e é a entrada natural a Galicia desde a meseta, un acceso xa utilizado polos romanos.

É unha ruta que lles permitía evitar o ascenso ao porto do Cebreiro aos peregrinos medievais do Camiño de Santiago, que na época invernal máis crúa se volvía extremadamente duro. Ben desde Ponferrada ou da mesma Villafranca del Bierzo, este camiño segue ao abrigo dos ríos Sil e Miño e xúntase coa Vía da Prata.

Desde Ponferrada seguimos o curso natural do caudaloso río Sil durante 157,7 km ata entrar na comarca de Deza, na provincia de Pontevedra.

Etapas Rodeiro-Bendoiro (26,8 km)

Tras varias etapas, chegamos a Rodeiro, onde pasaremos pola casa do concello, que foi erguida sobre as ruínas dunha fortaleza, e continuaremos en dirección a Lalín cruzando o río Arnego pola ponte medieval de Pedroso.

Lalín mostra con orgullo a súa condición de ser “o quilómetro o de Galicia” e coñecida pola súa Feira do Cocido.

Continuando en dirección a Bendoiro (Lalín), o itinerario discorre entre carballeiras para incorporarse ao Camiño Sanabrés ou Vía da Prata, na etapa Bendoiro-Outeiro, onde quedarán un total de 50,3 km a Santiago de Compostela.

Chemin D'hiver

Difficulté : moyenne-haute

Longueur : 235,5 km

Cette route, déjà utilisée par les Romains, traverse les quatre provinces galiciennes et constitue l'entrée naturelle de la Galice depuis le plateau central espagnol.

Grâce à cet itinéraire, au Moyen Âge les pèlerins du Chemin de Saint-Jacques évitaient de monter au col d'O Cebreiro, qui devenait extrêmement difficile en plein hiver. Depuis les communes de Ponferrada ou Villafranca del Bierzo, cette route suit les fleuves Sil et Miño et rejoint la route de l'Argent.

Depuis Ponferrada, la route suit le cours naturel du Sil sur 157,7 km jusqu'à ce qu'elle entre dans le canton de Deza, dans la province de Pontevedra.

Étape Rodeiro-Bendoiro (26,8 km)

Après plusieurs étapes, vous atteindrez la ville de Rodeiro, où vous passerez devant la mairie, construite sur les vestiges d'une forteresse, et continuerez vers Lalín, après avoir traversé le pont médiéval de Pedros qui enjambe le fleuve Arnego.

La ville de Lalín, considérée comme le « kilomètre o de la Galice », est très célèbre pour sa Feria do Cocido (fête du ragoût galicien).

En continuant vers le village de Bendoiro, à Lalín, l'itinéraire traverse des chênaies pour rencontrer la route de l'Argent, à l'étape Bendoiro-Outeiro, d'où il vous reste 50,3 km pour atteindre la ville de Saint-Jacques-de-Compostelle.







Ruta do Mar de Arousa e Río Ulla

Dificultade: baixa

Esta ruta é un singular itinerario marítimo e fluvial que conmemora a chegada por mar do corpo do apóstolo Santiago no ano 44. Segundo a tradición e o Libro III do Códice Calixtino, o corpo de Santiago, acompañado polos discípulos Teodoro e Atanasio, navegou a ría de Arousa e remontou o río Ulla para chegar a Iria Flavia (Padrón), onde se incorporou a un camiño (hoxe Camiño Portugués) durante 24,8 km ata chegar a Compostela.

Por iso, esta ruta tamén é coñecida como Traslato e constitúe o único viacrucis marítimo do mundo. Nas ribeiras e illotes da ría é posible observar varios cruceiros situados en lugares estratéxicos: un total de 17 obras escultóricas que sinalizan a ruta.

La Route de la Mer D'arousa et du Fleuve Ulla

Difficulté : basse

C'est un itinéraire maritime et fluvial unique qui commémore l'arrivée par mer du corps de l'apôtre saint Jacques en l'an 44 après J.-C. Selon la tradition et le livre III du Codex Calixtinus, le corps de saint Jacques, accompagné de ses disciples Théodore et Athanase, a navigué dans la ria de l'Arousa et a remonté le fleuve Ulla jusqu'à le village d'Iria Flavia, dans la commune de Padrón. C'est là qu'il a emprunté un chemin (aujourd'hui connue comme le Chemin Portugais), à partir duquel il y a 24,8 km pour se rendre à la ville de Saint-Jacques-de-Compostelle.

Cette route, également connue sous le nom de Traslato, s'agit du seul chemin de croix maritime au monde. Sur les rives et les îlots de la ria, il est possible d'observer plusieurs cruceiros (calvaires) situés stratégiquement : au total, 17 sculptures jalonnent l'itinéraire.

O escultor creador de doce destes foi o coñecido e afamado Alfonso Sanmartín Abelleira. Pode dicirse que foi un continuador da escola galega de escultores da época. Esculpiu e restaurou multitude de monumentos. Non se sabe cando se instalaron, pero si que a gran maioría se atopaban erguidos xa no ano 1965. Estes cruceiros son, sen dúbida, un orixinal e inestimable patrimonio cultural e artístico que permanecerá durante anos na nosa ría.

En total, consta de dez municipios ricos en patrimonio popular e etnográfico, en cultura e gastronomía. Unha ría salpicada por illas que xorden de entre bateas de mexillóns, ostras e vieiras. Desde Sanxenxo ata Pontecesures, pasaremos por Meaño, O Grove, Cambados, Vilagarcía de Arousa, A Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Catoira e Valga, primeiro en barco e, o último tramo, a pé.

Douze de ces cruceiros ont été réalisés par Alfonso Sanmartín Abelleira, un célèbre sculpteur galicien. On peut dire qu'il a continué l'école galicienne des sculpteurs de l'époque. Il a sculpté et restauré de nombreux monuments. On ne sait pas quand ils ont été placés, mais on sait que la plupart d'entre eux étaient déjà érigés en 1965. Sans aucun doute, ces cruceiros font partie d'un patrimoine culturel et artistique original et inestimable qui restera pendant de nombreuses années dans notre ría.

Cette route couvre dix communes riches en patrimoine populaire et ethnographique, en culture et en gastronomie. La ría de Arousa est parsemée de petites îles qui émergent entre des parcs (bateas) à moules, à huîtres et à coquilles Saint-Jacques. De la ville de Sanxenxo à Pontecesures, on traverse Meaño, O Grove, Cambados, Vilagarcía de Arousa, A Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Catoira et Valga en bateau. Ensuite, on fait le dernier tronçon à pied.





¡BO CAMIÑO!

BON CHEMIN!





INFORMACIÓN DE INTERESE PARA AS E OS PEREGRINOS

Que deben saber

A credencial é o pasaporte da ou do peregrino, que debe ser selado en cada etapa.

A Compostela é o documento que acredita o final da peregrinación e para obtela cómpre selar a credencial dúas veces ao día e escoller unha das seguintes opcións:

- 100 km a pé ou a cabalo
- 200 km en bicicleta
- 100 millas náuticas navegadas e realizar a pé os últimos quilómetros do Camiño

A credencial é básica para pernoctar nos albergues e certifica a andaina mediante o selo e mais a data. Unha vez no destino, esta débese entregar na Oficina de Acolloida do Peregrino para recibir a Compostela.

Correos de contacto:

credencialesperegrinos@catedraldesantiago.es
oficinadelperegrino@catedraldesantiago.es

Algúns consellos

- Planificar as etapas adaptándoas ás capacidades físicas e aos obxectivos.
- Evitar mochilas grandes; recoméndase un peso máximo de 10 kg.
- Usar calzado cómodo e elástico, preferiblemente de sola dura, sombreiro e bastón. A roupa debe adaptarse á época do ano.
- Evitar realizar o Camiño de noite. De facelo, vestir roupa reflectora.
- Levar unha pequena botica de primeiros auxilios.
- Alimentarse de forma lixeira (con achega de hidratos de carbono) e manter unha boa hidratación.
- Levar a credencial ou un diario de ruta.
- Descansar entre etapas.

Gocemos e coidemos esta ruta milenaria.



Deputación
Pontevedra





INFORMATIONS UTILES POUR LES PÈLERINS

Ce qu'il faut savoir

La credencial est le passeport du pèlerin, qui doit être tamponné à chaque étape du chemin. La Compostela est le document qui certifie la fin du pèlerinage. Pour l'obtenir, il faut tamponner la credencial deux fois par jour et choisir l'une des options suivantes :

- 100 km à pied ou à cheval
- 200 km à vélo
- 100 milles nautiques en bateau et avoir parcouru à pied les derniers kilomètres du chemin

La credencial est indispensable pour séjourner aux auberges et certifie que le pèlerin a fait le chemin, car elle inclut le timbre et la date des lieux qu'il traverse. Une fois arrivé à destination, elle doit être remise au Centre d'Accueil au Pèlerin pour recevoir la Compostela.

Courriers électroniques :

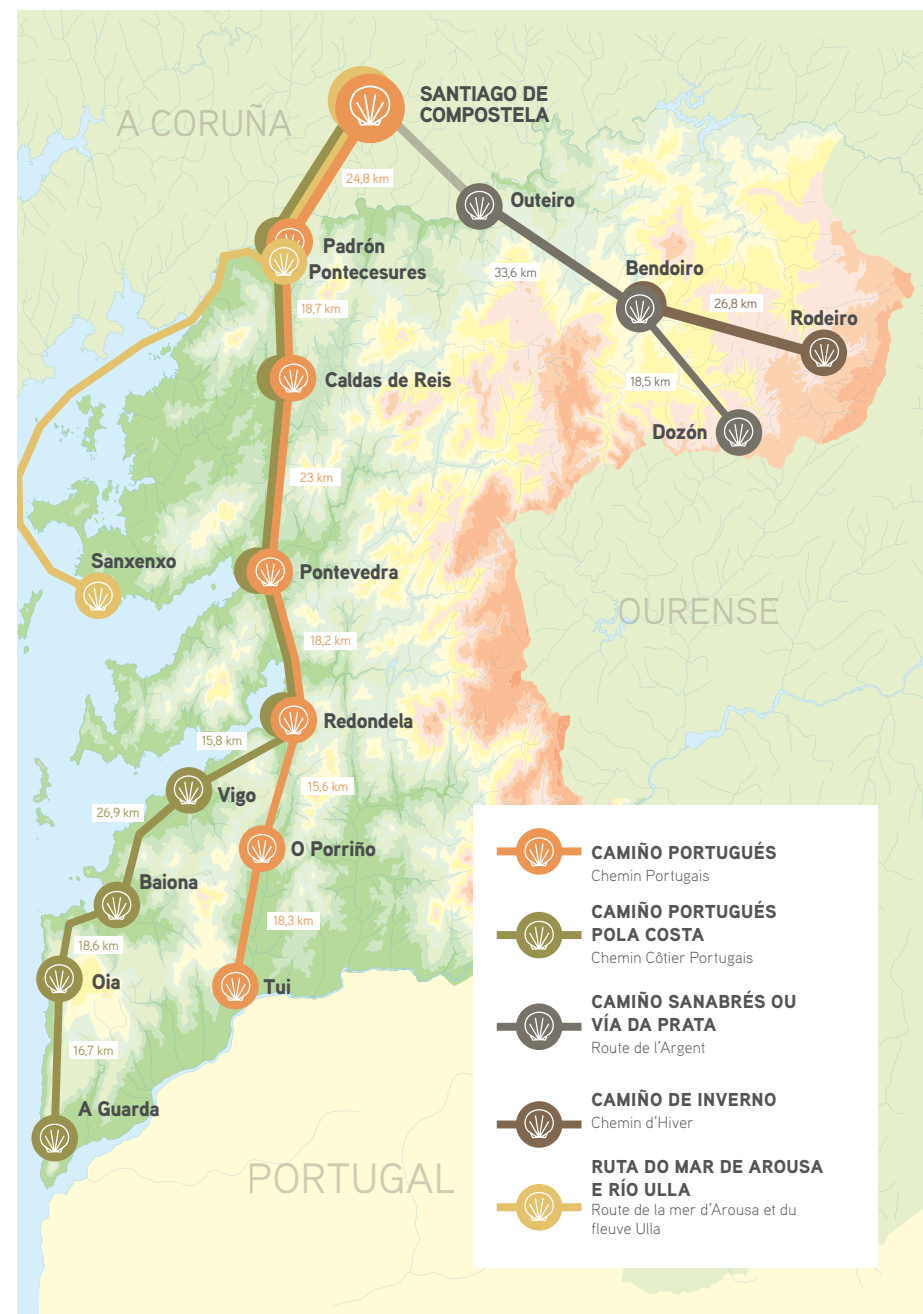
credencialesperegrinos@catedraldesantiago.es

oficinadelperegrino@catedraldesantiago.es

Quelques conseils

- Planifiez les étapes en fonction de votre condition physique et de vos objectifs.
- Évitez les gros sacs à dos ; il est recommandé de ne pas porter plus de 10 kg.
- Portez des chaussures confortables et élastiques, préférablement à semelles dures, un chapeau et un bâton de marche. Les vêtements doivent être adaptés à la saison de l'année.
- Évitez de marcher la nuit, mais, si vous devez le faire, portez des vêtements réfléchissants.
- Emportez une petite trousse de secours.
- Mangez des aliments légers contenant des hydrates de carbone et hydratez-vous.
- Portez votre credencial ou un carnet de voyage.
- Assurez-vous de vous reposer suffisamment chaque jour.

Profitez de cette route millénaire et prenez soin d'elle !





Camiños de Santiago
AVENTÚRATE E SINTE
SINTE RÍAS BAIXAS



www.turismoriasbaixas.com

Pza. Santa María s/n - 36071 Pontevedra

Tel.: +34 886 211 700



Cando non me necesitas, deposítame no colector azul para poder reinventarme.

Quand vous n'aurez plus besoin de moi, mettez-moi dans la poubelle bleue pour que je puisse me réinventer.

