

RIBADEO > VILANOVA DE LOURENZÁ

27,9 km / 189,7 km a Santiago

SANTIAGO DE ABRES > MONDOÑEDO

31,1 km / 184,1 km a Santiago



Illa Pancha, Ribadeo

QUÉ VER



Partimos de la histórica villa y puerto de Ribadeo. De noble pasado, alzada sobre una atalaya natural y dividiendo la ría, conserva un interesante conjunto arquitectónico medieval y moderno. El Camino continúa por una vieja ruta, quizás romana o tardorromana, hasta el final de esta etapa, en Vilanova de Lourenzá.

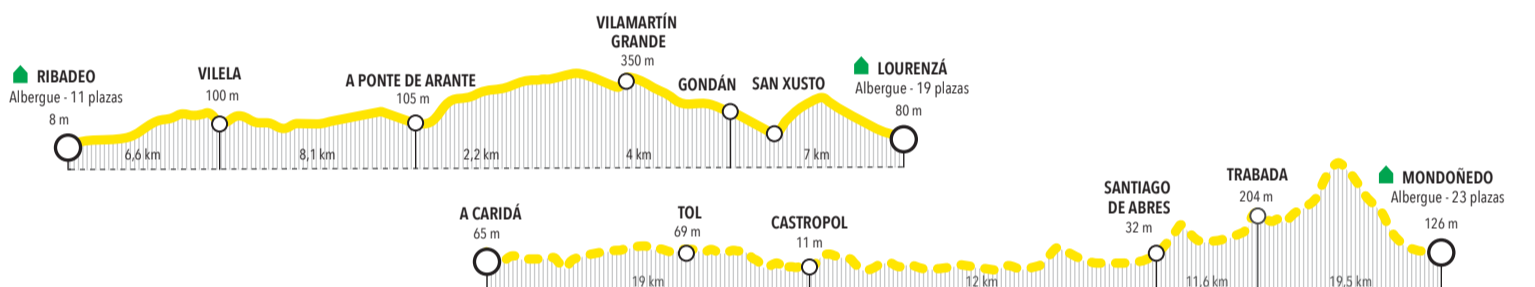
El primer núcleo después de Ribadeo es Ove, luego Vilaela, Cubelas, A Ponte de Arante—donde hubo hospital de peregrinos desde el s. XVI—, Vilamartin, Gondán y O Corveiro. Lugares, todos ellos, en los que la vida tradicional nos sale al encuentro a cada paso.

Vilanova de Lourenzá es capital municipal, alzada en torno al magnífico monasterio benedictino, fundado

por el conde don Osorio Gutiérrez (el "Conde Santo") en el año 969.

Existe una alternativa a este tramo Ribadeo-Lourenzá que nos lleva directos a Mondoñedo a través de Trabada y sin pasar por Vilanova de Lourenzá, una variante que transcurre primero por la zona baja del río Eo y atraviesa los municipios de Castropol, Vegadeo y Santiago de Abres (todos ellos, asturianos) hasta llegar a Trabada, ya en la provincia de Lugo. Continúa por lo más profundo del valle—pasando por lugares como San Tomé de Lourenzá o por O Castro—y confluye en Mondoñedo con la ruta que viene de Vilanova de Lourenzá.

En Ribadeo, iglesia de **Santa María do Campo** (origen en el s.XIII). **Convento de Santa Clara** (s.XV). **Capilla de la Trinidad** (s.XV). **Mirador de la Atalaya**. **Casa Consistorial**—antiguo palacio neoclásico del marqués de Sarga-delos—. **Torre de los Moreno**, caserón modernista. **El Isla Pancho**. La ría es **Zona de Especial Protección de Aves** (garzas, alcatrazes, cormoranes...) y el **Eo**, un gran río salmoneo. **Capilla de A Ponte de Arante**. **Monasterio barroco de Vilanova de Lourenzá**, cuya iglesia fue proyectada por Fernando de Casas Novoa, autor de la fachada del Obradoiro. En su iglesia se encuentra el célebre **sarcófago paleocristiano** (s.VI) de mármol. **Museo de Arte Sacro** de Lourenzá.



VILANOVA DE LOURENZÁ > ABADÍN

21,5 km / 161,7 km a Santiago

Monasterio de Vilanova de Lourenzá

QUÉ VER

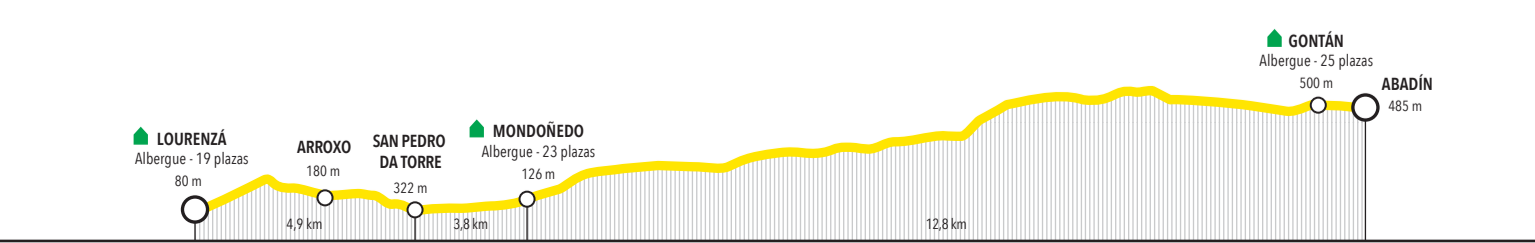


Salimos de Vilanova de Lourenzá camino de Mondoñedo. Nuestros pasos—primero en ascenso pronunciado, y luego ya en descenso—siguen una antigua senda medieval que cruza el hermoso valle de Lourenzá, el conocido como Camiño da Brea (del latín "boreas", "viento del norte", que pasó al gallego como "brea", viento fuerte y lluvioso).

Pasamos por las aldeas de Arroxo, Grove, San Pedro da Torre, O Reguengo o San Paio, buena parte de ellas con acogedoras capillas visitables. Caminamos paralelos a la carretera Nacional 634.

La entrada en la ciudad de Mondoñedo se realiza por el barrio de San Lázaro. Mondoñedo, declarada conjunto histórico-artístico, es una de las sedes episcopales gallegas de mayor tradición cultural y uno de los núcleos históricos más singulares de Galicia. Fue capital de provincia hasta 1833. Es también la ciudad natal de escritores como Álvaro Cunqueiro o músicos como Pascual Veiga (autor del Himno Galego). Su magna Catedral merece una visita detenida.

Salimos de Mondoñedo por la calle Lence Santar y la alameda de los Remedios. Continuamos por la LU-3106 y atravesamos Cesuras, el monte del Pico y el monte de Santa Cruz, hasta llegar a Abadín. En Gontán—antes del núcleo de Abadín—se encuentra el albergue.



ABADÍN > VILALBA

20,3 km / 140,2 km a Santiago

Torre de los Andrade, Vilalba

QUÉ VER



Etapa de 20 km totalmente llana. Caminamos, como hemos dicho en la etapa anterior, por la comarca de A Terra Chá, una vasta planicie (la mayor de Galicia junto con la comarca de A Limia, en Ourense) que abarca varios municipios de la provincia de Lugo. Este territorio, junto con la zona alta del río Miño, fue declarado en 2003 por la UNESCO Reserva de la Biosfera, con el nombre de "Terras do Miño".

A partir de Abadín la ruta discurre por las parroquias de Castromaior y Goiriz: cruzamos primero el río Arnela por un puente medieval. En A Pontevela nos sorprende otro puente medieval, magnífico, de tres arcos, sobre el río Batán.

La configuración del terreno nos lleva a transitar por humedales, como el que aparece después de As Chouzas. Y seductores ejemplos de arquitectura popular y religiosa: caseríos, cruceiros o lavaderos de piedra nos salen al camino.

Entramos en Vilalba, corazón de A Terra Chá, célebre por su gastronomía—donde destaca el queso de San Simón o los pollos camperos o "capones"—. Esta villa, cuyo origen se remonta al siglo XIII, es un cruce de caminos presidido por la Torre de los Andrade (siglo XV), monumento donde hoy se ubica el Parador Nacional de Turismo.

Los **cementerios de Castromaior y Goiriz** destacan por su estética a medio camino entre gótica y gaudiana. En **Vilalba**, aparte de degustar el **queso de San Simón da Costa**—exquisito producto con Denominación de Origen, ahumado con madera de abedul—o los "**capones**"—pollos camperos engordados y preparados con relleno—con popular feria el domingo anterior a Navidad, nos recibe la **Torre de los Andrade**, de planta octogonal, resto de la fortaleza de los Andrade y hoy Parador Nacional de Turismo. Y el **Museo de Prehistoria y Arqueología** de Vilalba. Estas tierras son conocidas por su riqueza de mámoas y dólmenes.



VILALBA > BAAMONDE

19,1 km / 120 km a Santiago

Puente de Saa, Vilalba

QUÉ VER



Desde Vilalba, el Camino continúa siguiendo trazados posiblemente medievales y sendas reales, documentados ya en el siglo XVII. Atravesamos un pequeño puente sobre el río Labrada y alcanzamos el lugar de Penas Corveiras y luego A Cova. Paisajes poblados de genuinas muestras de arquitectura tradicional nos acompañarán en nuestra ruta por los núcleos de Seara, Sabugeiros, Gabin, Castro o Revovide.

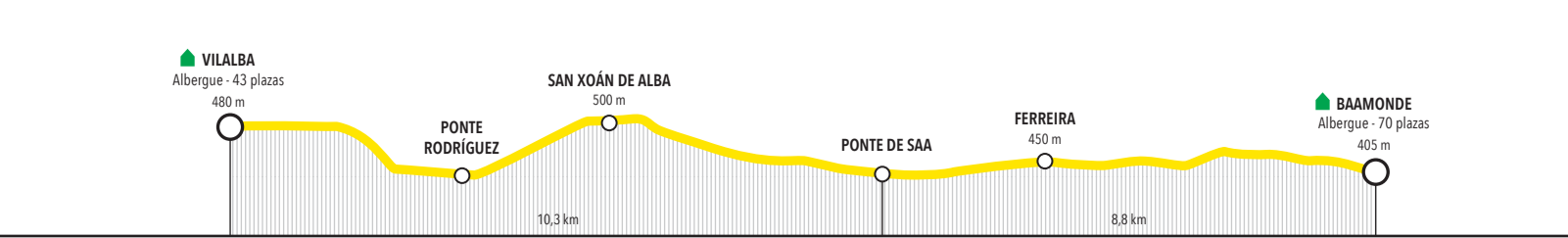
A unos 6,7 km del inicio estaremos en San Xoán de Alba. Caminamos por la margen derecha de la carretera comarcal C-634. Pasamos por A Torre, Pedrouzos, Costián, O Coutado y Goiriz, desde donde descendemos en dirección al río Labrada. Atravesamos el cauce por el magnífico puente medieval de Saa, construido

en gruesas lajas de pizarra y con varios "ojos" o arcos en disminución.

Descendemos hasta As Casas Novas y nos adentramos en A Fonte Pequena. Desde As Penas continuaremos hasta las inmediaciones de Pigara, una parroquia del ayuntamiento de Guitiriz donde podemos probar el agua de la Fonte das Verrugas. En nuestro entorno, el río Ladra ofrece paisajes cautivadores y recodos donde, en los meses benignos, podemos refrescarnos a la sombra de los abedules.

Continuamos paralelos a la carretera C-634 y entramos en Baamonde, localidad del ayuntamiento de Begonte.

Pazo de Penas Corveiras. **Muño do Rañego**, antiguo molino restaurado. **Iglesia de San Xoán de Alba**. **Puente de Saa**, medieval, sobre el río Labrada. **Fonte das Verrugas**, en Pigara (Guitiriz): la creencia popular concede a estas aguas poderes especiales para curar las verrugas de la piel. **Iglesia de Santiago de Baamonde**, gótica (s. XIV) con la huella presente del románico. En su atrio se alza un calvario formado por tres cruceiros y un antiquísimo **castaño** en cuyo tronco se talló una capilla dedicada a la Virgen, obra del escultor Victor Corral, con **casa-museo** en lo alto de la localidad.



BAAMONDE > SOBRADO

40,3 km / 100,8 km a Santiago

Monasterio de Sobrado dos Monxes, Sobrado

QUÉ VER



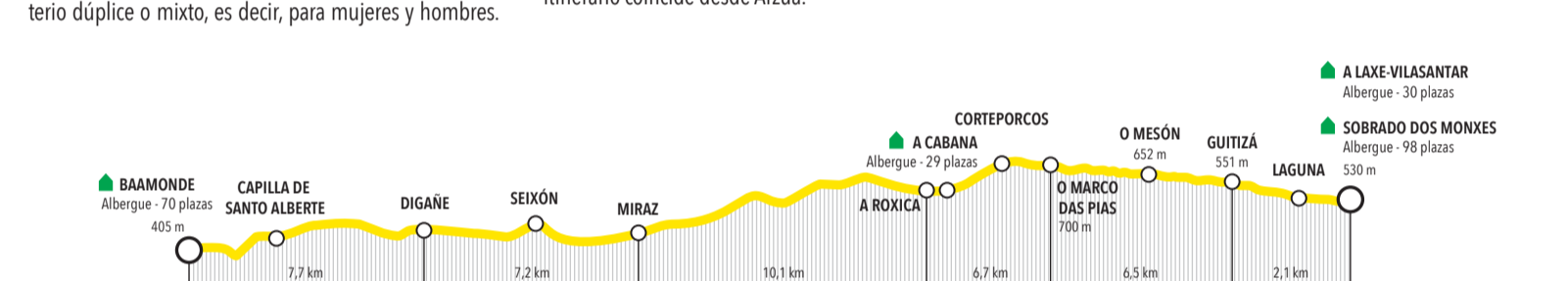
Salimos de Baamonde por la carretera Nacional VI, paralela al ferrocarril y al río Parga, hasta alcanzar la capilla de Santo Alberto: aquí se celebra, cada mayo, una concurrida romería. Continuamos por San Paio de Seixón, ya en el municipio de Friol, Ponte Leixosa y llegamos a Santiago de Miraz.

Desviándonos ligeramente del Camino, llegamos a la poderosa fortaleza de San Paio de Narla. En O Marco das Pías abandonamos la provincia de Lugo para entrar en la de A Coruña.

A través de Esgueva, llegamos al monasterio cisterciense de Santa María de Sobrado dos Monxes. Espectacular monumento construido en 952 y fundado como monasterio dúplice o mixto, es decir, para mujeres y hombres.



Existe un itinerario alternativo desde Baamonde, más corto (unos 8 km menos), que nos llevará en línea recta hasta Sobrado. En Boimorto confluye con la ruta descrita arriba, pero vuelve luego a separarse de ella, sin pasar por Arzúa. Atraviesa Santiso y, en las inmediaciones del aeropuerto de Santiago, confluye con el itinerario principal y con el propio Camino Francés, con el que este itinerario coincide desde Arzúa.



SOBRADO > ARZÚA

21,9 km / 60,5 km a Santiago

Albergue de Ribadío, Arzúa

QUÉ VER

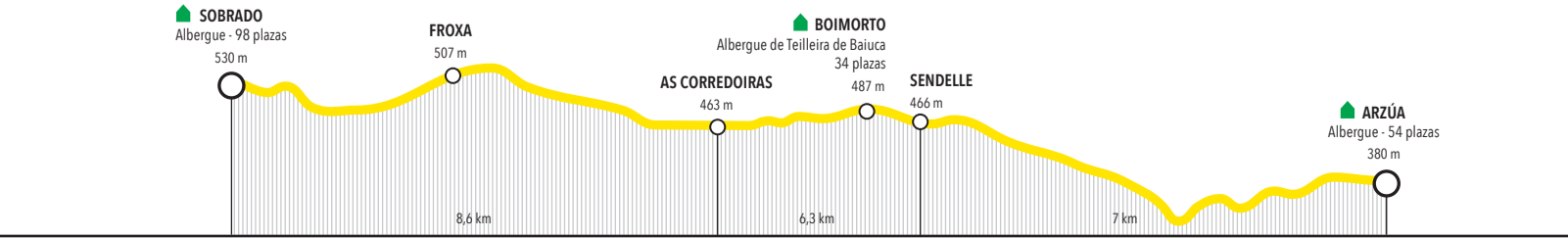


Con esta etapa concluye el Camino del Norte, pues en Arzúa converge con el Camino Francés. Dejamos atrás la grandiosidad del monasterio de Sobrado y continuamos ruta hasta las localidades de Vilarchao, O Perolix y Carelle. Alcanzamos el lugar de As Corredoiras y, tras superar un cruce de caminos, nos encaminamos hacia el municipio de Boimorto. Aquí, una vez más, la Ruta nos seduce por la riqueza del genuino y frondoso paisaje gallego y las valiosas muestras de arquitectura popular.

En la villa de Arzúa confluyen, como decíamos, los caminos Norte y Francés. Y también acoge el Camino Primitivo, que, en Melide, se había unido ya al itinerario

Francés. Las tres rutas juntas enfilan la meta común en Compostela.

En Arzúa—localidad célebre, desde el punto de vista gastronómico, por los quesos de la comarca, pertenecientes a la Denominación de Origen Arzúa-Ulloa—el Camino se hace urbano. Hay fuentes documentales del s. XIII que se refieren a este tamo local como "Camino de Oviedo", y todavía hoy recibe esta calle el nombre de Rúa do Camiño. Arzúa creció como villa al amparo del fenómeno Jacobo. Hoy es un importante núcleo comarcal, con una economía basada en la agricultura y la ganadería vacuna.



ARZÚA > ARCA [O PINO]

18,5 km / 38,7 km a Santiago

Ermida de Santa Irene, O Pino

QUÉ VER



Desde Arzúa afrontamos los últimos kilómetros del Camino: 38,7 en total. Lo dividiremos en dos etapas, de 18,5 y 20,2 km. Hay quien apuesta por hacer la ruta restante en un solo día, pernoctando en el albergue del Monte do Gozo pero es aconsejable realizar dos etapas, con descanso en Arca.

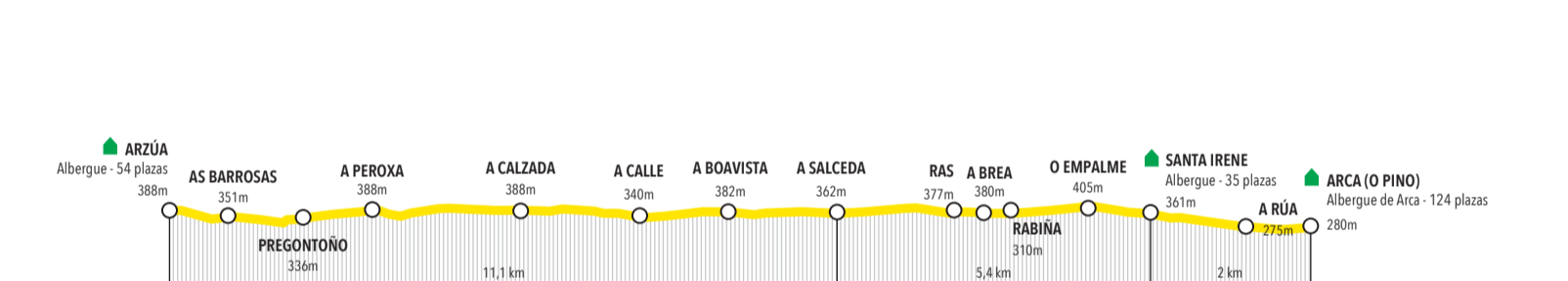
Salimos de la villa de Arzúa por la rúa do Carme. En esta etapa alternaremos el paisaje de bosques y prados (carballos, eucaliptos, frutales y campos de labranza)—uno de ellos llamado claustro de los Peregrinos (s. XVII)—, capilla del Rosario, capilla de San Xoán, sala capitular o cocina.

Cruzamos los ríos Vello y Brandoso, y luego varias aldeas: Preguntoño, A Peroxa, algunas con resonancia jacobea como A Calzada, A Calle, Ferreiros—de nuevo, la referencia al viejo oficio de los que, entre otras funciones, arreglaban las herraduras de los caballos—, A Salceda, Santa Irene—donde hay albergue de peregrinos— y A Rúa, ya a las puertas de Arca, capital del municipio de O Pino, el último ayuntamiento antes de Santiago. En toda la etapa encontraremos bares o tabernas donde tomar algo y fuentes para refrescarnos.

Tengamos especial precaución con los vehículos, pues tendremos que cruzar varias veces por la calzada.

En la aldea de **Santa Irene**, ermita dedicada a la santa mártir portuguesa, construida gracias a la aportación de dos nobles que vivían cerca de allí (s. XVIII). Y la "fuente santa" (s. XVII): sus aguas poseen, según la tradición, propiedades curativas para la piel.

O Pedrouzo es el núcleo principal de la parroquia de Arca (O Pino). Población de servicios al pie de la N-547, cuenta con variada oferta hostelera. A lo largo del año se organizan aquí ferias de ganado, fiestas gastronómicas, muestras ecuestres y conciertos de bandas populares o música folk.



ARCA [O PINO] > SANTIAGO

20,2 km a Santiago

Praza do Obradoiro, Santiago de Compostela

QUÉ VER

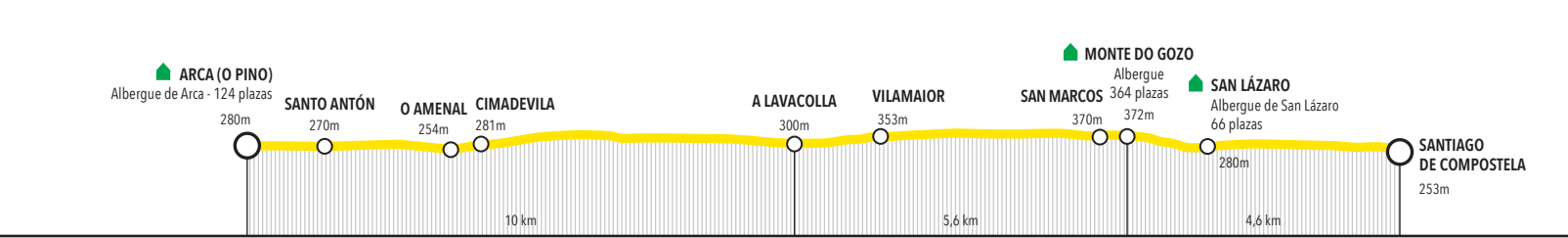


Dejamos la parroquia de Arca y pasamos por eucaliptales y aldeas como Santo Antón o O Amenal, en un ascenso que nos llevará al núcleo de A Lavacolla, en las inmediaciones del aeropuerto de Santiago. Aquí, los peregrinos tenían por costumbre lavarse el cuerpo entero en el riachuelo que pasa por el lugar. De hecho, la etimología de "Lavacolla" derivaría de un "lava coela", en desenfadada referencia a la higiene de los genitales.

Alcanzamos el Monte do Gozo (300 m), pequeña elevación donde los peregrinos disfrutaban, por vez primera, de una lejana visión de la catedral. Entre los grupos de peregrinos se proclama como "rey de la peregrinación" al primero que alcance su cima. En 1993 se construyó aquí un gran albergue.

Restan 5 km en descenso. El Camino entra en la ciudad por el barrio de San Lázaro y deja a la izquierda el de As Fontiñas (en las inmediaciones, amplia oferta de restauración y servicios). Más adelante, la Rúa dos Concheiros, antiguo barrio gremial de los artesanos que comerciaban con conchas de vieira, y el histórico y genuino barrio de San Pedro, por donde baja la ruta hasta la Porta do Camiño. Continúa, ya en su último tramo, por calles peatonales y plazas como Casas Reais, praça de Cervantes y Acibebería, por donde accederemos a la basílica—el acceso alternativo, en Año Santo, será la Puerta Santa en A Quintana—.

El **Monte do Gozo** ofrece una excelente panorámica de la ciudad. El **Pabellón de Galicia**, en el barrio de San Lázaro. El **Museo do Pobo Galego**. El **Panteón de Galegos Ilustres** contiguo al Museo, en la única iglesia gótica de la ciudad. El **Centro Galego de Arte Contemporánea** (CGAC), obra del arquitecto portugués Álvaro Siza. La **capilla de As Ánimas**, con sus retablos neoclásicos; la **praça de Cervantes**, donde se ubicó el ayuntamiento hasta finales del s. XVIII. El museo de la **Casa de la Troya**, la célebre pensión de estudiantes de comienzos del s. XX. Y el monasterio de **San Martiño Pinario**.



MÁS ALLÁ DEL CAMINO... DEL NORTE ->



Los caminos de Santiago en Galicia

CAMINO DEL NORTE

Has llegado a Compostela. Guarda ahora las botas de tu peregrinación y conviértete en una persona viajera, curiosa, sensible y activa.



Playa de Lías, Foz

Entre Foz y Viveiro, pasando por Burela, Cervo y Xove, se traza una línea de mar que debemos descubrir.

En Fozouro (dentro del propio municipio de Foz) podemos apreciar un antiguo castro, el único que se conserva como museo en toda la costa cantábrica gallega.



San Cibrao, Cervo

Estamos en plena comarca de A Mariña de Lugo. Siguiendo por el litoral desde Foz hacia el norte pronto llegamos a Burela, un importantísimo puerto bonito del norte de España.

Continuamos nuestro viaje de placer y llegamos a Cervo. Al pie del río Xunco resisten los restos de la primera fábrica de Sargadelos, la siderurgia integral más antigua de España.



Fábrica de Sargadelos, Cervo



Santa María de Viveiro

Viveiro es una atractiva villa monumental. Ya era importante en el siglo XV, cuando los Reyes Católicos forzaron al mariscal Pardo de Cela a abandonarla.

Avanzando hacia el sur por la provincia de Lugo, el terreno se allana y la panorámica se abre como pocas veces sucede en Galicia.



Puente de Santo Alberto, Guitiriz

Los Caminos del Norte, tanto el Primitivo como el que ahora nos ocupa, tienen en la milenaria ciudad de Lugo un potente referente histórico.

Las termas romanas se encuentran dentro del edificio del actual Balneario de Lugo. Datán del siglo I y, en la actualidad, dos mil años después, sus aguas sulfurosas continúan empleándose para múltiples fines terapéuticos.

Y a menos de quince kilómetros de Lugo encontramos uno de los monumentos más enigmáticos de occidente: Santalla de Bóveda.



Cidade da Cultura, Santiago de Compostela

Y ahora, la Compostela secreta: porque hay otro Santiago más allá de su zona monumental única, de su genuina gastronomía o del animado ambiente cultural.

CAMINO DEL NORTE ->



Junto con el Camino Primitivo, esta ruta, que transita por la costa asturiana y entra en Galicia por la ría de Ribadeo, alcanzó relevancia en los albores de las peregrinaciones.

El Camino Francés tomaría el relevo a las rutas más antiguas al trasladarse de Oviedo a León la capital del reino.

Ha sido una ruta de peregrinos ilustres. Entre ellos destaca la figura de san Francisco de Asís, quien, según la tradición, peregrinó a San Salvador de Oviedo y a Santiago en el año 1214.



Sobieski, padre del rey Juan III de Polonia. Y de finales del XVIII nos ha quedado el testimonio escrito del francés Jean Pierre Raq.

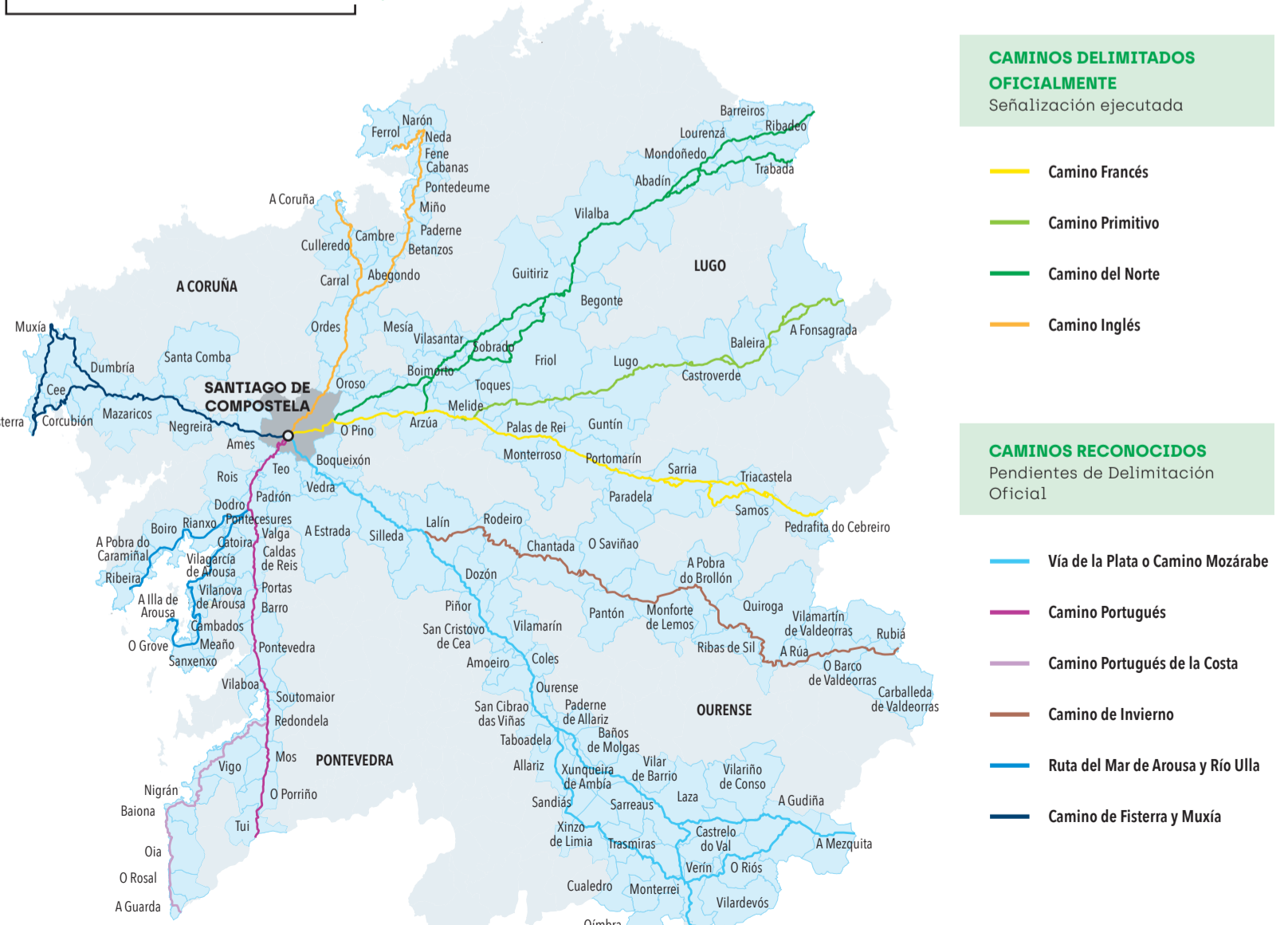
Después de Castropol –última localidad de Asturias– el Camino entra en Galicia cruzando el mar Cantábrico a través de la hermosa ría de Ribadeo.

El punto de partida en Galicia es Ribadeo, en la provincia de Lugo. Desde aquí hasta la catedral de Santiago distan 189,72 km.

En el recorrido, aparte de la importancia de la histórica villa de Ribadeo, disfrutaremos con el arte del monasterio de San Salvador de Lourenzá, con Mondoñedo –que fue una de las siete capitales del antiguo Reino de Galicia y ciudad natal del escritor Álvaro Cunqueiro–, Vilalba, y el magnífico cenobio de Sobrado dos Monxes, ya en tierras coruñesas.

En Arzúa, el Camino del Norte se une al Camino Francés.

LOS CAMINOS EN GALICIA ->



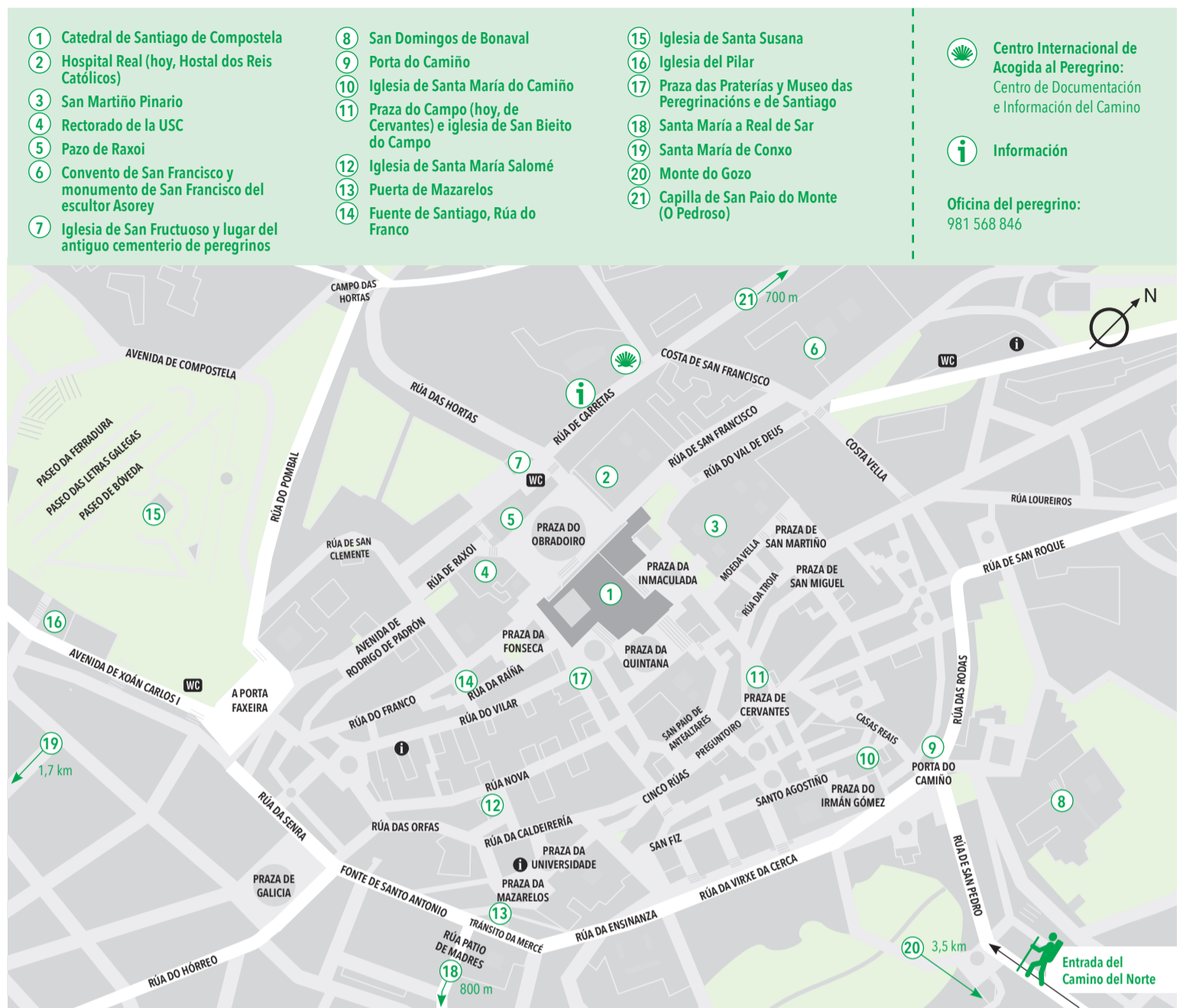
CAMINOS DELIMITADOS OFICIALMENTE Señalización ejecutada

- Camino Francés
Camino Primitivo
Camino del Norte
Camino Inglés

CAMINOS RECONOCIDOS Pendientes de Delimitación Oficial

- Vía de la Plata o Camino Mozárabe
Camino Portugués
Camino Portugués de la Costa
Camino de Invierno
Ruta del Mar de Arousa y Río Ulla
Camino de Fisterra y Muxía

PLANO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA LUGARES JACOBEO ->



CONSEJOS ÚTILES PARA PEREGRINOS

CRÉDENCIAL DEL PEREGRINO Es un documento en el que se van coñando los sellos de los lugares por los que se pasa y que servirán para obtener la "Compostela" (documento del Cabildo que certifica la realización de la peregrinación por motivos religiosos o espirituales).

TARJETA SANITARIA Los peregrinos españoles deben viajar siempre con ella. En caso de proceder de otro país miembro de la Unión Europea, es recomendable disponer de la tarjeta sanitaria europea.

PERSONAS CON DISCAPACIDAD Además de las recomendaciones generales el peregrino debe tener en cuenta estas otras: Informarse antes de salir, de las dificultades que puede encontrar un peregrino con discapacidad y de las condiciones de accesibilidad de los distintos servicios que se encuentran en el Camino de Santiago (albergues, establecimientos de hostelería, etc.)

SI VIAJAS CON ANIMALES: Asegúrate de tener en regla sus vacunas y desparasitaciones, correctamente recogidas en la cartilla sanitaria, con la que debe viajar. Planificar y adaptar la ruta y las etapas a la existencia de alojamientos que permitan su acceso.

Antes de iniciar la peregrinación

- Realiza una preparación física previa, teniendo en cuenta que debes planificar las etapas en función de tus posibilidades físicas, dosificando el esfuerzo y haciendo descansos más o menos frecuentes o largos dependiendo de las características físicas de cada uno.
Una vez iniciada la marcha no camines muy rápido los primeros días y mantén el mismo ritmo.
Es fundamental el cuidado de los pies con el fin de prevenir las ampollas; para ello lleva calzado cómodo y usado, es aconsejable llevar dos pares, o suela de goma gruesa y ligera, los calcetines deben ser adaptados y de buena transpiración (de hilo o algodón), siempre limpios, secos y bien colocados para evitar rozaduras. Al finalizar la jornada lava los pies con agua y jabón y cambia de calzado.
Utiliza ropa ligera y amplia de color claro (reflectante), adecuada a la época del año.
Lleva un chubasquero de poco peso que cubra la mochila.
Lleva una protección para la cabeza, y gafas de sol, evita las horas de más calor y utiliza crema protectora.
Ingiere agua frecuentemente pero asegúrate de que es potable; no se debe consumir agua de arroyos, ríos, manantiales o fuentes de cuya potabilidad no estemos seguros. Para prevenir deshidrataciones se recomienda una ingestión mínima diaria de 2 litros de agua. Existen en el mercado bebidas isotónicas cuya composición en sales de sodio y potasio pueden ayudar a un adulto sano.
Las acampadas deberás hacerlas en lugares establecidos a tal efecto. Ten precaución si haces hogueras, al iniciar la marcha asegúrate de que queden apagadas, cuida el medio ambiente.
No te apartes nunca de las sendas señaladas, evita caminar cuando oscurezca y respeta las normas de circulación. Si lo haces en bicicleta, recuerda que es obligatorio el uso del casco y del chaleco de alta visibilidad.
Camina siempre por el margen izquierdo de la calzada.
Si estás agotado y con calambres descansa en un lugar fresco y bebe abundante líquido.
Para reponer fuerzas durante el camino come alimentos muy energéticos (frutos secos, higos, chocolate, etc.)
En el equipaje debes llevar saco de dormir, una navaja multiusos, una linterna, un teléfono móvil, y un pequeño botiquín.
El botiquín básico de emergencias (alcohol, gasa, esparadrapo de seda, Betadine, tiritas, crema de protección solar, aguja e hilo para la cura de las ampollas, tijera pequeña, vaselina, repelente de mosquitos, antihistamínicos (en caso de alergia) y aspirinas.

