

RIBADEO
> VILANOVA DE LOURENZÁ

27,9 km / 189,7 km per Santiago

SANTIAGO DE ABRES
> MONDOÑEDO

31,1 km / 184,1 km per Santiago



Isola Pancha, Ribadeo

COSA VEDERE



A Ribadeo, la chiesa di **Santa María do Campo**, originaria del XIII secolo. Il **convento di Santa Clara**, del XV secolo. La **capella della Trindade** (XIV sec.). Il **punto panoramico dell'Ataláa**. La **Casa Consistorial** (Palazzo del Comune) - antico palazzo neoclassico del marchese di Sargadelos-. La **Torre dos Moreno**, grande casa in stile modernista. E **Isola Pancha**. La ría è **Zona di Speciale Protezione di Volatili** (aironi, pellicani, cormorani...) e l'**Eo**, è un grande fiume ricco di salmoni. La **capella di A Ponte de Arante**. Il **monastero barocco di Vilanova de Lourenzà**, la cui chiesa fu progettata da Fernando de Casas Novoa, autore della facciata dell'Obradoiro. Nella sua chiesa si trova il famoso **sarcofago paleocristiano** (VI sec.) in marmo. Il **Museo di Arte Sacra** di Lourenzà.

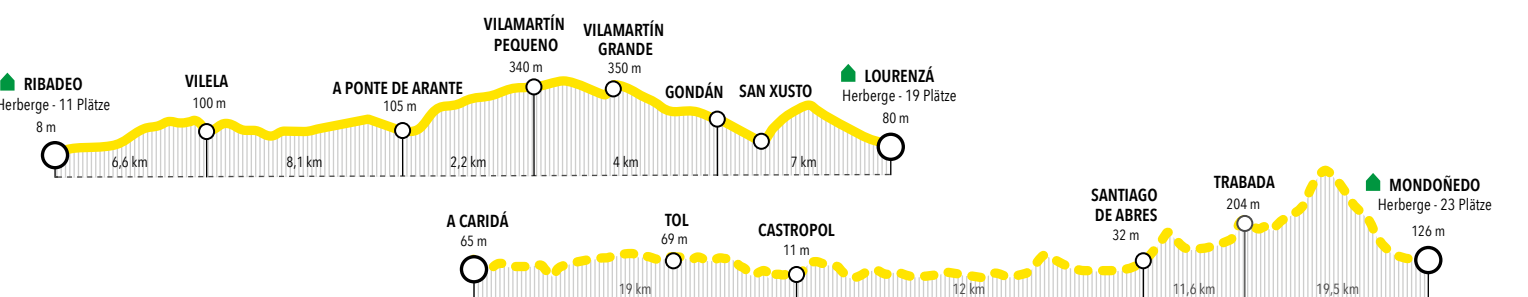
Partiamo dalla storica cittadina e porto di Ribadeo. Dal nobile passato, si trova su un poggio naturale che domina la ría, conserva un interessante insieme architettonico medievale e moderno. Il Cammino continua poi passando un vecchio percorso, probabilmente romano o tardoromano, fino alla fine di questa tappa, che si trova a Vilanova de Lourenzà.

Il primo nucleo urbano dopo Ribadeo è Ove, poi troviamo Vilela, Covelas, A Ponte de Arante -dove si trovava un ospedale per pellegrini del XVI secolo-, Vilamartin, Gondán e O Conveiro. Luoghi, tutti, nei quali è possibile osservare espressioni della vita tradizionale ad ogni passo.

Vilanova de Lourenzà è il capoluogo della zona municipale, costruito intorno al magnifico monastero bene-

dettino, fondato dal conte Osorio Gutiérrez (il "Conte Santo") nell'anno 969.

Esiste un'alternativa a questo tratto Ribadeo-Lourenzà che ci porta direttamente a Mondoñedo attraverso Trabada e senza passare per Vilanova de Lourenzà, una variante che passa prima per la zona bassa del fiume Eo e attraversa i comuni di Castropol, Vegadeo e Santiago de Abres (tutti compresi nella comunità delle Asturie) fino ad arrivare a Trabada, già nella provincia di Lugo. La variante continua nel fondo della valle - passando per luoghi come San Tomé de Lourenzà o O Castro - e confluisce a Mondoñedo con la strada proveniente da Vilanova de Lourenzà.



VILANOVA DE LOURENZÁ
> ABADÍN

21,5 km / 161,7 km per Santiago

Monastero di Vilanova de Lourenzà



COSA VEDERE



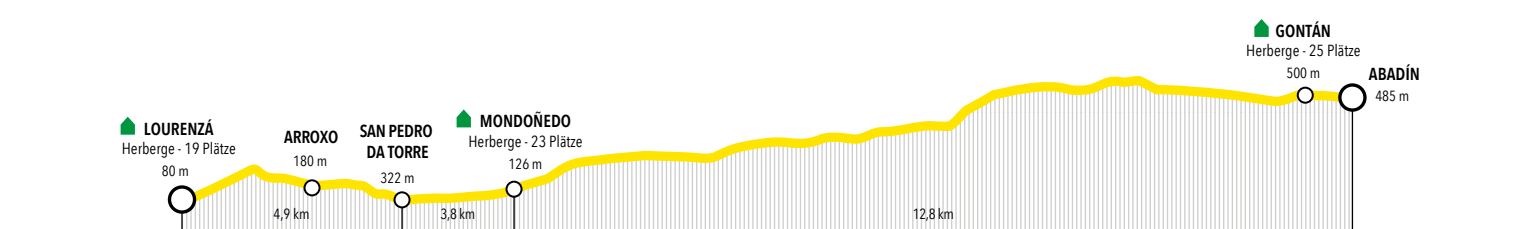
La **capella della Virxe de Guadalupe**, ad Ogrobe. A Mondoñedo: il **quartiere di Os Muíños**, con il **leggendario ponte do Pasatempo** -in relazione con il Mariscal Pardo de Cela-, la **Fonte Vella** (1548), la **cattedrale** (XIII sec.): notevole la sua facciata medievale ed il rosone, la navata centrale con le pitture murali tardo gotiche (XVI sec.), il **chostro** -presieduto da un **cruceiro gotico**-, il **Museo Cattedralizio e Diocesano**, la **chiesa di** **la torta di Mondoñedo**, di mandorle e "cabello de ángel" (marmellata di zucca). Ad Abadín, la **chiesa romanica di Santa María**.

Usciamo da Vilanova de Lourenzà e ci dirigiamo verso Mondoñedo. I nostri passi -prima in pronuncia salita e poi già in discesa- seguono un antico sentiero medievale che attraversa la meravigliosa valle di Lourenzà, il cosiddetto Camiño da Brea (dal latino boreas, "vento del nord", che in galiziano poi divenne "brea", forte e piovoso vento).

Passiamo dai villaggi di Arroxo, Ogrobe, San Pedro da Torre, O Reguengo o San Paio, buona parte di essi con accoglienti cappelle che possono essere visitate. Camminiamo parallelamente alla strada Nazionale 634.

L'entrata alla città di Mondoñedo si realizza dal quartiere di San Lázaro. Mondoñedo, dichiarata insieme storico-artistico, è una delle sedi episcopali galiziane di maggior tradizione culturale ed uno dei nuclei storici più rilevanti della Galizia. Fu capoluogo di provincia fino al 1833. È anche la città natale di scrittori come Álvaro Cunqueiro o di musicisti come Pascual Veiga (autore dell'Inno Galiziano). La sua magna cattedrale merita una visita attenta.

Usciamo da Mondoñedo in via Lence Santar lungo l'Alameda dos Remedios. Proseguiamo lungo la LU-3106 e attraversiamo Cesuras, il Monte Pico e il Monte Santa Cruz, fino a raggiungere Abadín. A Gontán - prima del nucleo di Abadín - si trova l'albergo.



ABADÍN
> VILALBA

20,3 km / 140,2 km per Santiago



Torre dos Andrade, Vilalba

COSA VEDERE



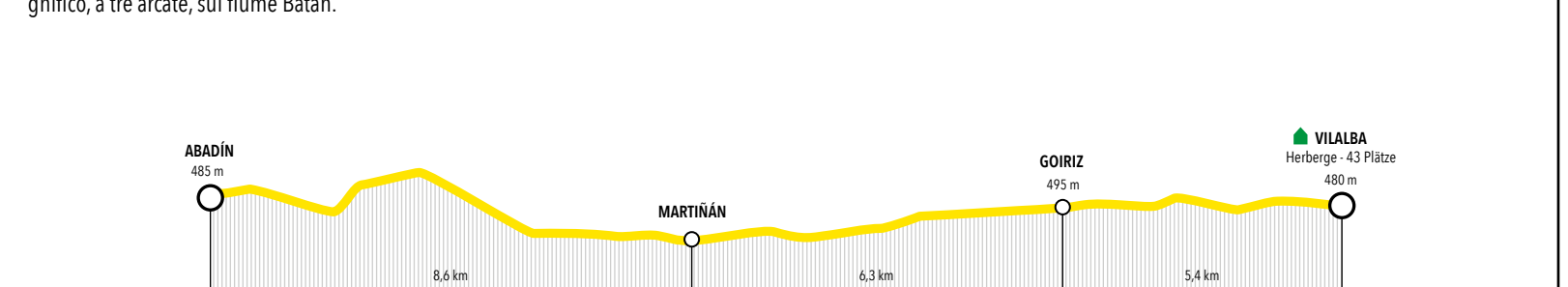
I **cimiteri di Castromaior e Goiriz** spiccano per la loro estetica a metà tra lo stile gotico e gaudiano. A **Vilalba**, oltre a gustare il **formaggio di San Simón da Costa** -squisto prodotto con denominazione di origine, affumicato con legno di betulla- o i **"capones"** (capponi) -polli ruspanti ingrassati e preparati con ripieno- in onore dei quali si svolge una popolare fiera la domenica che precede il giorno di Natale, ci riceve la **Torre dos Andrade**, a pianta ottagonale, resto della fortezza degli Andrade ed oggi Parador Nacional de Turismo. Ed il **Museo di Preistoria e Archeologia** di Vilalba. Queste terre sono famose per ricchezza di "mámoas" (tumuli) e dolmen.

Tappa di 20 chilometri, completamente in pianura. Camminiamo, come abbiamo detto nella tappa precedente, nella zona di A Terra Chá, un'estesa pianura (la più grande della Galizia insieme a quella della zona di A Limia, ad Ourense), che comprende diversi comuni della provincia di Lugo. Questo territorio, insieme alla zona alta del fiume Miño, è stato dichiarato dall'UNESCO, nel 2003, Riserva della Biosfera, con il nome di "Terras do Miño".

A partire da Abadín, il percorso scorre passando dai villaggi di Castromaior e Goiriz: attraversiamo prima il fiume Arnela passando da un ponte medievale. A A Pontevella ci sorprende un altro ponte medievale, magnifico, a tre arcate, sul fiume Batán.

La configurazione del terreno ci porta a transitare per zone umide, come quella che appare dopo As Chouzras. E seduttori esempi di architettura popolare e religiosa: incontriamo durante il cammino masserie, *cruceiros* o lavatoi di pietra.

Entriamo a Vilalba, cuore di A Terra Chá, famosa per la sua gastronomia -dove spiccano il formaggio di San Simón o i polli ruspanti o "caponés" (capponi)-. Questa cittadina, la cui origine risale al XIII secolo, è un incrocio di cammini presieduto dalla Torre dos Andrade, del XV secolo, monumento dove oggi si trova il Parador Nacional de Turismo.



VILALBA
> BAAMONDE

19,1 km / 120 km per Santiago



Ponte di Saa, Vilalba

COSA VEDERE

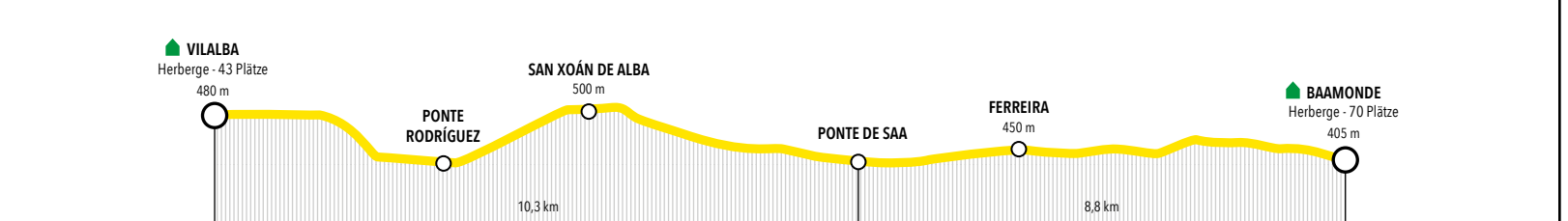


Il **Pazo de Penas Corveiras**. Il **Muñío do Rañego**, antico mulino restaurato. La **chiesa di San Xoán de Alba**. Il **ponte di Saa**, medievale, sul fiume Labrada. La **Fonte das Verrugas**, a Pigara (Guitiriz): la credenza popolare concede a queste acque poteri speciali per curare le verruche della pelle. La **chiesa di Santiago de Baamonde**, gotica (XIV sec.) caratterizzata dallo stile romanico. Nel suo atrio s'innalza un calvario formato da *tre cruceiros* e un antichissimo **castagno** nel cui tronco fu intagliata una cappella dedicata alla Madonna, opera dello scultore Victor Corral, del quale esiste una **casa museo** nella zona alta della località.

magnifico ponte medievale di Saa, costruito in spese lastre di ardesia e con diversi "occhi" o arcate di ampiezza digradante.

Scendiamo fino a As Casas Novas e ci addentriamo in A Fonte Pequena. Da As Penas continueremo fino ai pressi di Pigara, un paesino del comune di Guitiriz dove potremo assaggiare l'acqua della Fonte das Verrugas. Intorno a noi, il fiume Ladra offre paesaggi affascinanti e anse in cui, nei mesi belli, potremo rinfrescarci all'ombra delle betulle.

Continuiamo paralleli alla C-634 ed entriamo a Baamonde, località del comune di Begonte.



BAAMONDE
> SOBRADO

40,3 km / 100,8 km per Santiago



Monastero di Sobrado dos Monxes, Sobrado

COSA VEDERE



A Santo Alberto de Parga, la **capella gotica** (XIV sec.) e il **ponte**. La **chiesa romanica di San Paio de Seixón** (Friel). La **torre di Santiago de Miraz** (XV sec.). Il **Museo-fortezza di San Paio de Narla**, che ospita la sezione di etnografia del Museo Provinciale di Lugo. A 4 km da Miraz, la **torre di Friel** (XIII sec.). Tra le specialità gastronomiche di Friel, spiccano i suoi **formaggi** -D. O. Arzúa-Ulloa- e il pane di Ousá. Il **monastero di Sobrado dos Monxes** è un'antologia di stili ed epoche: notevole la sua magna chiesa barocca, con tre chiostri -uno dei quali chiamato Claustro de los Peregrinos (chiosstro dei Pellegrini) del XVII secolo-, la capella del Rosario, la capella di San Xoán, la sala capitolare e la cucina.

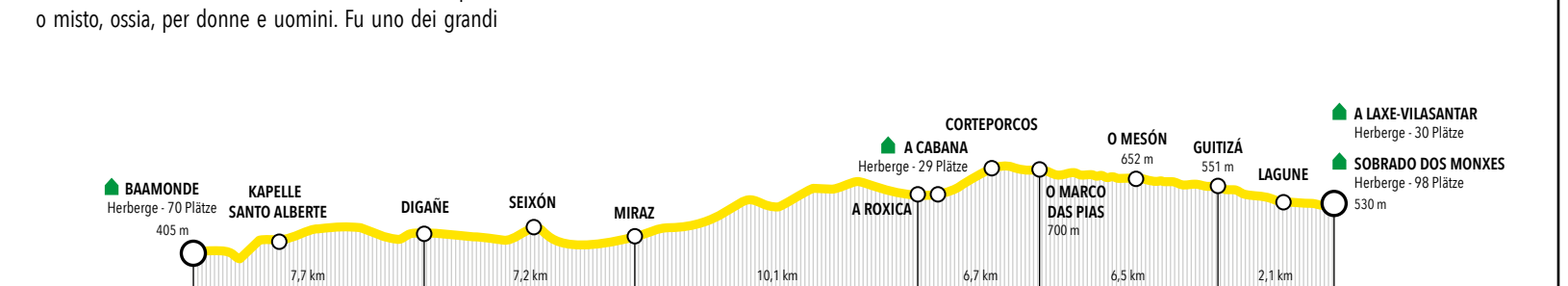
Usciamo da Baamonde per la strada Nacional VI, parallela alla ferrovia e al fiume Parga, fino a raggiungere la capella di Santo Alberto: qui, ogni maggio, ha luogo un affollato pellegrinaggio. Continuiamo per San Paio de Seixón, già nel comune di Friel, Ponte Leixosa e arriviamo a Santiago de Miraz.

Allontanandoci leggermente dal Cammino, possiamo ammirare la possente fortezza di San Paio de Narla. A Marco das Pias abbandoniamo la provincia di Lugo per entrare in quella di A Coruña.

Passando da A Esgueva, arriviamo al monastero cistercense di Santa María de Sobrado. Spettacolare monumento costruito nel 952 e fondato come monastero duplice o misto, ossia, per donne e uomini. Fu uno dei grandi

centri di potere della Galizia. In pieno apogeo dei pellegrinaggi, alla metà del XII secolo, il monastero si integrò nell'ospitale ordine del Cister (Cistercense). Fu il primo della Spagna ad appartenervi. Attualmente vi si svolge un'im-portante attività religiosa e sociale, con un trattamento speciale rivolto ai pellegrini.

Esiste un itinerario alternativo da Baamonde, più corto ammirare la possente fortezza di San Paio de Narla. A Sobrado. A Boimorto confluisce con la strada descritta sopra, ma poi torna a sepa-rarsene senza passare per Arzúa. Attraversa Santiso e, nei pressi dell'aeroporto di Santiago, confluisce con l'itinerario principale e con il Camino Francés, con cui quest'itinerario coincide da Arzúa.



SOBRADO
> ARZÚA

21,9 km / 60,5 km per Santiago



Refugio di Riabioso, Arzúa

COSA VEDERE

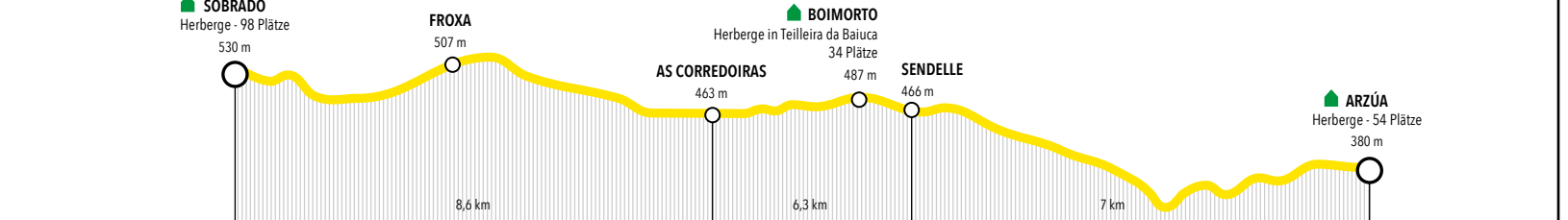


La **chiesa di San Lourenzo** di Carelle. Ad Arzúa, la **chiesa di Santiago**, la **capella gotica di A Madalena**, appartenente ad un altro ospedale oggi scomparso, o la **capella di A Mota**, vicino ad una genuina **carballreira** (querce) omonima. A 5 km (allontanandoci dal Cammino), il **Pazo de Brandeso**, dove Ramón María del Valle Inclán ambientò parte del suo romanzo *Sonata d'autunno*. L'interno non può essere visitato. Ed allontanandoci di 10 km dal percorso, la **diga di Portodemouros**, dove è possibile fare agiturismo e praticare sport acquatici. I formaggi di Arzúa (D. O. Arzúa-Ulloa) sono burrosi e morbidi al palato.

Con questa tappa si conclude il Cammino del Nord, visto che ad Arzúa si unisce al Cammino Francese. Ci lasciamo indietro la grandiosità del monastero di Sobrado e continuiamo il nostro itinerario verso le località di Vilar-chao, O Perólix e Carelle. Raggiungiamo As Corredoiiras e, dopo aver superato un incrocio, ci incamminiamo verso il comune di Boimorto. Qui, ancora una volta, il percorso ci seduce per la ricchezza del genuino e frondoso paesaggio galiziano ed i preziosi esempi di architettura popolare.

Nella cittadina di Arzúa confluiscono, come dicevamo, i cammini del Nord e Francese. Ed accoglie anche il Cammino Primitivo che a Melide si era già unito all'itinerario Francese. I tre percorsi insieme proseguono verso la meta comune di Compostela.

Ad Arzúa -località famosa, dal punto di vista gastronomico, per i formaggi tipici della zona, appartenenti alla Denominazione di Origine Arzúa-Ulloa- il Cammino diventa urbano. Esistono fonti documentali del XIII secolo che fanno riferimento a questo tratto locale come "Cammino di Oviedo", ed ancor oggi questa strada riceve il nome di Rúa do Camiño (Via del Cammino). La cittadina di Arzúa è cresciuta accompagnata dal fenomeno Giacobeo. Oggi è un importante nucleo circoscrizionale, con un'economia basata su agricoltura e allevamento vaccino.



ARZÚA

> ARCA [O PINO]

18,5 km / 38,7 km per Santiago



Capella di Santa Irene, O Pino

COSA VEDERE



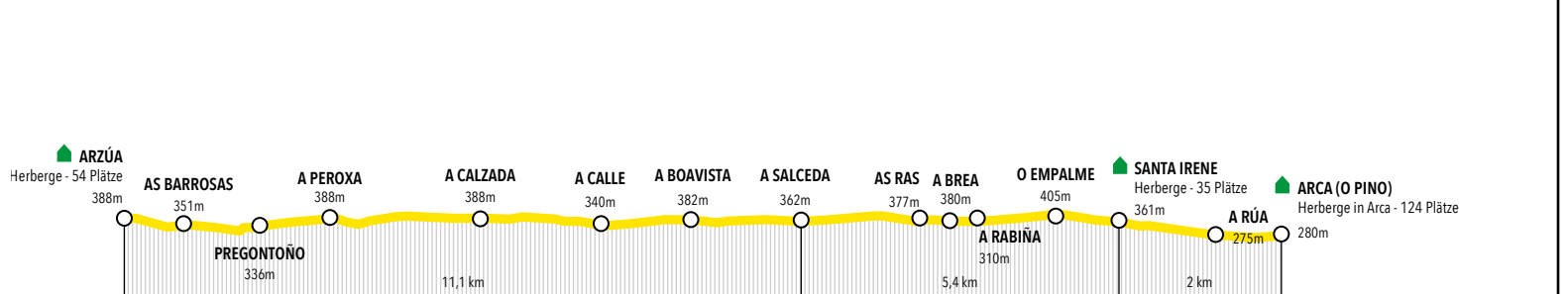
Nel villaggio di **Santa Irene**, chiesetta dedicata alla santa martire portoghese, costruita grazie al contributo di due nobili (XVIII sec.). E la "fonte santa" (XVII sec.): le sue acque possiedono, secondo la tradizione, proprietà curative per la pelle.

Da Arzúa affrontiamo gli ultimi chilometri del Cammino: 38,7 in totale. Li divideremo in due tappe, di 18,5 e 20,2 km rispettivamente. C'è chi sceglie di realizzare il percorso restante in un solo giorno, pernottando nell'ostello del Monte do Gozo ma si consiglia di effettuare invece due tappe, con sosta ad Arca.

Usciamo dalla città di Arzúa dalla rúa do Carme. In questa tappa alteriamo il paesaggio di boschi e prati (*carballos*, eucalipti, alberi da frutto e campi per l'agricoltura) con i tratti d'asfalto della strada Nazionale 547. Dobbiamo prestare particolare attenzione ai veicoli, poiché dovremo attraversare varie volte la carreggiata.

Attraversiamo il fiume Vello e Brandeso, e poi vari villaggi: Preguntoño, A Peroxa, alcuni con riferimenti giacobei come A Calzada, A Calle, Ferreiros - di nuovo, il riferimento alla vecchia professione di coloro che, tra le altre funzioni, riparavano i ferri dei cavalli -, A Salceda, Santa Irene -dove ci sono ostelli per pellegrini- e A Rúa già alle porte di Arca, capoluogo del municipio di O Pino, l'ultimo comune prima di arrivare a Santiago. Durante tutta la tappa incontriamo bar o taverne dove rifocillarsi e fonti per rinfrescarsi.

O **Pedrouzo** è il nucleo principale della frazione di Arca (O Pino); cittadina di servizi ai piedi della N-547. Conta su un'assortita offerta alberghiera. Durante l'anno si organizzano qui i mercati del bestiame, feste gastronomiche, mostre equestri e concerti di bande popolari o musica folk.



ARCA [O PINO]
> SANTIAGO

20,2 km per Santiago

Piazza dell'Obradoiro, Santiago de Compostela



COSA VEDERE



Restano 5 km in discesa. Il Cammino entra in città dal quartiere di San Lázaro e lascia a sinistra il quartiere di Fontiñas (nelle immediate vicinanze c'è un'ampia offerta di ristoranti e servizi). Più avanti, la calle de Os Concheiros, antico quartiere di aggregazione degli artigiani che commerciavano gusci di capesante, e lo storico e genuino quartiere di San Pedro, da dove la strada scende fino alla Porta do Camiño. Continua; poi nell'ultimo tratto, per vie pedonali e piazze come Casas Reais, praza de Cervantes e A Acibecheria, da cui accediamo alla basilica - l'accesso alternativo, nell'Anno Santo, sarà la Porta Santa ad A Quintana -.

Lasciamo la frazione di Arca e passiamo tra eucalipti e villaggi come Santo Antón o O Arnelal, lungo una salita che ci porterà al nucleo urbano di A Lavacolla, nelle immediate vicinanze dell'aeroporto di Santiago. Qui, i pellegrini avevano l'abitudine di lavarsi tutto il corpo nel ruscello che passa da questo luogo. Infatti, l'etimologia di "Lavacolla" deriverebbe da "lava coles", spontaneo riferimento all'igiene dei genitali.

Raggiungiamo il Monte do Gozo (380 m), piccola altura dove i pellegrini possono ammirare, per la prima volta, una lontana visione della cattedrale. Tra i gruppi dei pellegrini viene proclamato "re del pellegrinaggio" il primo che raggiunge la sua cima. Nel 1993 si costruì qui un grande ostello.

Il **Monte do Gozo** offre un eccellente panorama della città. Il **Pavillón de Galicia**, nel quartiere di San Lázaro. Il **Museo do Pobo Galego**. Il **Panteón de Galegos Ilustres** contiguo al Museo, nell'unica chiesa gotica della città. Il **Centro Galego de Arte Contemporánea** (CGAC), opera dell'architetto portoghese Alvaro Siza. La **capella di As Ánimas**, con le sue pale d'altare neoclassiche; la **Praza de Cervantes**, dove si stabilì il municipio fino alla fine del XVIII secolo. Il museo della **Casa da Troia**, la celebre pensione per studenti degli inizi del XX secolo. E il monastero di **San Martín Pinario**.

