

O SANXENXO

Percorso **Arousa Sur**

- L'itinerario marittimo e fluviale comincia all'ingresso della ria di Arousa. Lasciamo alla nostra destra le Illas de Ons (Isole di Ons) —che formano il Parco Nazionale delle Illas Atlánticas—, situate di fronte alla ria di Pontevedra ed al litorale di Sanxenxo.

Sanxenxo è il comune più emblematico della Galizia in quanto a turismo di sole e mare. Nei suoi 36 km di costa dispone di una ventina di spiagge, la metà delle quali con Bandiera Blu, per questo motivo la zona si situa tra le prime di tutta la Spagna in quanto tipo di distinzioni. La spiaggia di Sanxenxo è la più popolata, luogo scelto per la villeggiatura da migliaia di galiziani e forestieri. All'altra estremità di Sanxenxo, A Lanzada,



Porto e club nautico

COSA VEDERE

Le **Illas de Ons**, (Isole di Ons), alle quali si può accedere da Sanxenxo: spiaggia, trekking e gastronomia —è famosa la preparazione del polpo—. Le **magnífiche spiagge**: Ares, Silgar, Canelas, Montalvo, Paxariñas, Major, Foxos... Il **turismo nautico**, con più di 400 posti barca nel suo porto turistico. La **gastronomia** del mare, i delicati vini **albariños** (D. O. Rias Baixas) come quelli di Padriñán. E le **notti estive** di Silgar e Pontonovo. L'**insieme storico-tardoromano e medievale di A Lanzada**. Qui si svolge, l'ultima domenica di agosto, il **pellegrinaggio di A Virxe da Lanzada**, che include "Il bagno delle nove onde", un ancestrale rito di fertilità.

Una spiaggia emblematica di 2,8 km di estensione, la maggior parte dei quali appartengono al vicino comune di O Grove.

All'inizio di questa spiaggia, nella zona di Sanxenxo, A Lanzada possiede un prezioso insieme storico tardoromano e medievale formato a partire da una necropoli romana —scavata nel 2010—, da una torre di vigilanza —conosciuta come "La torre vikinga"— e da una cappella romanica del XIII secolo.



Viste da Meaño

COSA VEDERE

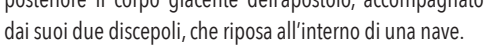
La **chiesa di Simes**, di origine romanica. Il **tempio di San Xoán, anch'esso romanico** —spiccano i cani zootropomorfi della sua grondaia—. Il **pazo dos Zárate**, a Padrenda (XVI e XVII sec.), ed il **pazo de Lis**, in stile barocco —ospita il Museo da muller labrega (Museo della donna lavoratrice)—. La **Ruta dos muíños**, dun percorso di trekking che passa tra i mulini ad acqua. Ogni mese di luglio, **Meaño** esalta i suoi vini albariños nell'**Encontro de viños de autor**. In tutto la zona di O Salnés sono state tracciate diverse **Rutas do viño**. Le **viste della ria di Arousa** da uno dei più pittoi panoramici come San Cibrán de Covas, Chan de Lores o Monte Castrove.

Meaño è un comune tranquillo. La sua selezionata offerta di turismo rurale fa da complemento alla confusione multicolore proveniente dalla costa vicina.

O GROVE

Percorso **Arousa Sur**

- Il comune di O Grove inizia alla punta di San Vicente, all'entrata della ria sulla destra. Sull'altra estremità si trova l'isola di A Toxa, situata ad est, all'interno di questo oceano in miniatura che forma la grande ria di Arousa.



Spiaggia di A Lanzada

COSA VEDERE

La **spiaggia di A Lanzada**, circa 3 km di spiaggia su mare aperto e con una magnifica passerella in legno. Le **rotte di trekking**: salita a **monte Siradella** —punto panoramico e Aula da Natureza—, fino a **Con Negro** —con spettacolari formazioni rocciose sul bordo del mar— o alla **Lagoa A Bodei-ri** —interessante riserva ornitologica—. Gli scavi archeologici di **Adro Vello**, nella spiaggia di O Carreiro (San Vicente), i resti di una città romana, una chiesa del VII secolo ed una necropoli. L'**isola di A Toxa**, uno dei luoghi turistici più conosciuti di tutta la Galizia. L'**aquario di O Grove**. La **Festa do Marisco**, ogni mese di ottobre dal 1963.

reginaciós (Museo dei Pellegrinaggi)— mostra nella parte posteriore il corpo giacente dell'apostolo, accompagnato dai suoi due discepoli, che riposa all'interno di una nave.

Tra la punta di San Vicente e l'isola di A Toxa, O Grove offre un litorale con magnifiche spiagge di sabbia bianca o dorata, autentici spazi naturali con boschi di pino selvatico e affascinanti percorsi di trekking, oltre ad una ricca offerta gastronomica con i frutti di mare e i crostacei che fanno da re.



Pazo de Fefiñáns

COSA VEDERE

La **piazza di Fefiñáns** (XVII sec.), insieme formato da un **grande pazo urbano**, un **grande cascinale** con abitazioni e la chiesa parrocchiale di San Bieito. La cittadina marinara di **San Tomé do Mar**. Qui si trova il **pazo barocco di Montesacro**. Le rovine romaniche della chiesa di **Santa Mariña Dozo** (1530) con la sua navata a quattro archi. La **Casa-Museo** del poeta Ramón Cabanillas. Il **Museo Etnográfico e do Viño**. Cambados organizza, ogni mese di agosto, dal 1952, la **Festa do Albariño**. Dichiarata di Interesse Turistico Internazionale, è la seconda più antica della Spagna dopo quella di Jerez (1948).

Cambados è anche la patria di molti galiziani illustri, come il poeta Ramón Cabanillas, che scrisse i versi "Galicia! Nai e Señora, sempre garimosa e forte!", gli scultori Francisco Asorey o Francisco Leiro, o il politico e scrittore del XIX secolo Pedro Pablo Bazán de Mendoza. Allo stesso tempo, stabilirono qui la loro residenza scrittori come Emilia Pardo Bazán o Valle-Inclán, o il teorico del Regionalismo Alfredo Brañas.

I pazos o case signorili principalmente del XVII e del XVI secolo, hanno lasciato anche qui esempi ammirevoli come il citato pazo de Bazán, il pazo de Ulloa o quello di Montesacro.

Dalla sua animata zona portuaria passa un lungomare lungo poco più che chilometri che unisce il centro con la cittadina di Carril, scorrendo parallelo alle spiagge di A Concha e Compostela. Carril è famosa per la qualità e la preparazione dei più famoso tra i suoi frutti di mare: le vongole. Di fronte a questo paesino marinaro, a soli 200 metri dalla costa, si trova l'isola di Cortegada, appartenente al Parco

Nazionale delle Illas Atlánticas. Qui cresce un bosco di alloro unico in tutta l'Europa, con esemplari di più di 10 metri di altezza ed un'estensione di due ettari e mezzo.

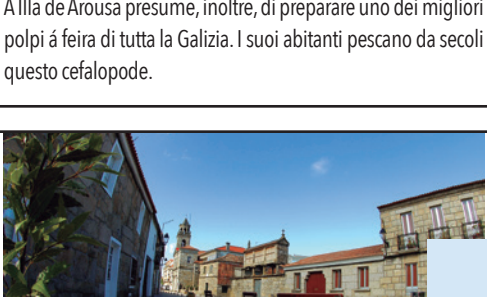
COSA VEDERE

La **chiesa di San Martín de Sobrán** (Vilaxoán), in stile romanico del XII secolo, a navata unica e con una bellissima facciata. La **chiesa di Santiago de Carril** (XVI e XVII sec.), situata di fronte all'isola di Cortegada. Il **pazo convento di Vista Alegre**, in stile barocco (XVII sec.) e la **chiesa di Santa Baia de Arealongo**, anch'essa barocca. Il **parco fluviale del fiume Con**. Tre magnifici posti panoramici: il **monte Medo** —da dove si osserva il tratto finale del fiume Ulla e incluso le Torres de Oeste (Catoira)—, il **monte Xabre** (413 m) —con un'ampia panoramica della ria di Arousa— ed il **monte Lobeira** (292 m) —il cui posto panoramico appartiene alla circoscrizione municipale di Vilanova—.

A ILLA DE AROUSA

Percorso **Arousa Sur**

- Situata nel mezzo del mar de Arousa, è —con i suoi 7 km di lunghezza per 2,5 di larghezza e 36 km di costa— la più grande delle isole della ria. Il suo litorale è roccioso e basso, costellato di piccole cale e spiagge protette, perfette per fare il bagno soprattutto quando c'è alta marea. Si collega al continente per mezzo di un lungoponte di quasi due chilometri, inaugurato nel 1985. Fino a quel momento, l'isola si poteva raggiungere esclusivamente con imbarcazioni che partivano dal porto di Vilanova de Arousa. Questa circostanza di isolamento secolare ha permesso di conservare qui un ambiente naturale unico.



A illa de Arousa

COSA VEDERE

Il **Parco Naturale di Carreirón**. Le **spiagge** di sabbia bianca e sottile ed acque tranquille, come quelle di Conserrado, Xastelas, Camaxe o Lavanqueira, tra le tante. I **"cons"**, particolari rocce granitiche che hanno adottato forme inverosimili: la **Ruta dos Cons** percorre tutta l'isola. La **salita a "O Santo"**, la parte più alta dell'isola, dove si trova la scultura del Corazón de Xesús (Cuore di Gesù), ivi installata nel 1962. Il **Porto do Xufre**. La **chiesa parrocchiale di San Xulián**, neoclassica (XIX sec.), costruita con i resti di un'antica torre difensiva. A **Festa do Mexillón** (Festa della cozza), la prima domenica di agosto, e **A Festa do Polbo**, (Festa del polpo), il cefalopode che viene esaltato la prima domenica di settembre.

A Illa de Arousa presume, inoltre, di preparare uno dei migliori polpi á feira di tutta la Galizia. I suoi abitanti pescano da secoli questo cefalopode.

VILANOVA DE AROUSA

Percorso **Arousa Sur**

Vilanova è la città natale dello scrittore Ramón María del Valle-Inclán. Qui nacque, alla Casa do Cuadrante —oggi casa-museo— il 28 di ottobre del 1866. Questo fu l'inspiratore luogo dove il famoso drammaturgo affermò di ascoltare "las historias de santos, almas en pena, duendes y ladrones" (le storie di santi, anime in pena, folletti e ladri) che gli raccontava "una doncella muy vieja que se llamaba Micaela la Galana" (una donzella molto anziana che si chiamava Micaela la Galana).

Vilanova è anche il luogo di nascita dei fratelli —scrittori e giornalisti— Julio e Francisco Camba. Nella città sono stati tracciati



Torres de Oeste

COSA VEDERE

Le **Torres de Oeste** (IX-XII sec.), resti della grande fortezza medievale, ai piedi del fiume Ulla, dichiarate Monumento Nazionale. Vicino ad esse, la cappella del castello, di origine romanica (XVII sec.), dedicata all'apostolo Santiago. La **Romaría Vikinga** (pellegrinaggio vichingo) che si svolge dal 1960 ai piedi delle torri la prima domenica di agosto. È dichiarata di Interesse Turistico Internazionale. Richiama migliaia di persone per presenziare allo sbarco dei "vikings" (Vichinghi). A metà luglio si svolge **A Festa da Solla**, (Sagra della sogliola), con questo pesce come protagonista gastronomico.

La sua origine risale ad un piccolo abitato *castreño* (I e II sec. a.C.), trasformato in porto commerciale durante l'epoca romana (I e II sec. d.C.). La prima fortezza fu innalzata nel IX secolo per la difesa di Iria Flavia e di Santiago. Resti di quest'epoca sono i due torrioni che restano attualmente in piedi.

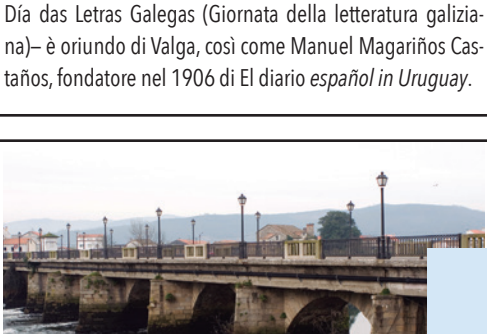


Mulino a vento

COSA VEDERE

La **chiesa romanica di Santa María de Xanza** (riformata nel XVII e nel XVIII sec.). Nelle vicinanze della **cappella di Os Martores** (probabile derivazione popolare di "mártires" (martiri)) esiste una **necropoli** tardoromana o altomedievale dove si pensa possano essere stati sepolti il vescovo **Prisciliano** e i suoi discepoli, corpi che furono traslati in Galizia da Tevira (Germania) nel IV secolo. Il **petroglifo di Camporendondo** (frazione di San Miguel de Valga). La spiaggia fluviale di Vilarello (Cordeiro). Le **fervenzas** (cascate o rapide) del fiume **Valga**.

A Valga nacque, nel 1868, Carolina Otero. La *bella Otero*, una delle ballerine più famose della *Belle Époque* parigina. Nel centro urbano della città, un frondoso e accogliente parco porta il suo nome. Anche Xesús Ferro Couselo (1906-1975) —ricercatore e saggista a cui nel 1996 fu dedicato il Día das Letras Galegas (Giornata della letteratura galiziana)— è oriundo di Valga, così come Manuel Magariños Castaños, fondatore nel 1906 di El diario *español in Uruguay*.



Ponte di Pontecesures

COSA VEDERE

La **chiesa San Xulián de Ruxeixo**, fondata da Diego Gelmírez nel 1116. **Cruceiros** come quello di **San Xulián** (XIV sec.) —che appartene all'insieme della cappella e ospedale per lebbrosi di San Lázaro—, Carreiras (XVIII sec.) o Porto. Il **pazo e cruceiro da Cova** (XVIII sec.). L'edificio di **O Afollín da Renda de Tabacos** (XVIII sec.), con pianta quadrangolare e due piani, fornito di un enorme sudco baronico. L'**insieme di O Caldeirón**, nel quartiere marinaro di O Porto. Il **pellegrinaggio di San Lázaro** (Domenica di Passione) che risale al XIV secolo ed è il più antico della Galizia. Tra marzo e aprile si svolge la **Sagra** gastronomica della **Lamprea** (lampreda di mare).

A Pontecesures termina la rotta marittimo-fluviale del Mar di Arousa. A partire da qui, il pellegrino deve proseguire il cammino via terra fino a Padrón, Iria Flavia, Teo e Compostela, utilizzando per questo l'ultimo tratto del Cammino Portoghese.

RIBEIRA

Percorso **Arousa Norte**

- Nella zona nord della ria, Ribeira e la sua isola di Sálvora costituiscono il porto della rotta marittimo-fluviale a Compostela. Ai punti di interesse naturali e monumentali, Ribeira aggiunge un potente porto peschereccio, leader in Spagna della pesca in bassetta. Dalla sua lonja (mercato del pesce) viene inviata merce ogni giorno in tutta l'Europa.

Il litorale regola magnifiche spiagge come quelle di Rio Azor, Coroso, O Castro o A Furna. Spettacoli naturali come la zona di Corrubedo ed il suo sistema dunare. E punti panoramici che ci regalano delle viste spettacolari della grande ria: San Roque, Pedra da Ra o Monte Facho, tra gli altri.



Porto

COSA VEDERE

Il Parco Naturale delle complexo **dunar de Corrubedo e lagoas de Carregal e Vián**, un sistema dunare tra i più incredibili d'Europa, con 5 chilometri di spiagge e un ecosistema ricchissimo, con specie uniche. Il **faro di Corrubedo** (1853). L'**isola di Sálvora**, un paradiso naturale di 15 km² appartenente al Parco Nazionale delle Illas Atlánticas. Il **dolmen di Axeitos**, eccezionale monumento megalitico con più di 4.000 anni di antichità. Il **castro di A Cidá**, nella frazione di Carreira (Il sottobosco non impedisce di valutare l'importanza di questo insediamento). A Covasa (Aguilón), i resti di un possibile **porto fenicio** (dal XII sec. al VIII sec. a.C.).

Ogni estate Ribeira celebra le sue feste patronali (il 12 settembre), e A Festa da Dorna (il 24 luglio) o A Festa do Percebe, ad Aguilón. I ristoranti del luogo preparano con attenzione e brillante risultato gli eccellenti prodotti del mare.



Torre di Xunqueiras

COSA VEDERE

La **torre di Xunqueiras**, un pazo-castello del basso medioevo (XV sec.). La **torre Bermúdez**, edificio rinascimentale (XVI sec.), che oggi accoglie la biblioteca pubblica e il **Museo Valle-Inclán**. La **Casa Grande de Aguiar** (XVIII sec.). Il **pazo de Cotón** (1717). Le chiese di **Santa María a Antiga do Caramiñal** (XVI sec.) e **Santiago da Pobra do Deán** (in stile gotico, del XV sec.). Il **punto panoramico di A Curota** (498 m). Le **piscine naturali del fiume Pedras**. Le **spiagge**, come quella di **Cabio**. La **processione del Nazareno** o di **"As Mortallas"**, che si svolge la terza domenica di settembre: coloro che sono stati vicini alla morte offrono a Gesù ceri e feretri, che portano in processione.

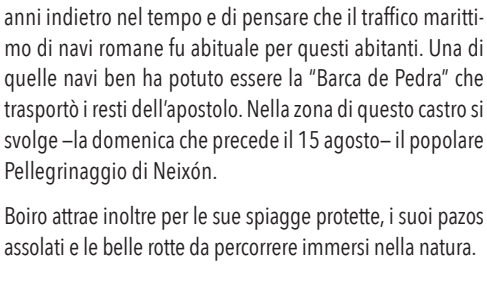
Apobra, inoltre, è oggi un bel comune con spiagge frequentate in luglio e agosto, rotte naturali nella Serra do Barbanza o rotte letterarie, seguendo i passi dell'immortale drammaturgo.

A BOIRO

Percorso **Arousa Norte**

- L'origine del toponimo "Boiro" si perde nella notte dei tempi. Probabilmente le parole "bruma" o "niebla" (entrambi sinonimi di nebbia), rappresentano l'origine etimologica di "Boiro". Ma anche "bo-ouro", "buen oro", in riferimento a quella *Gallaecia* ricca del metallo prezioso. O forse deriva dalla tribù sbea dei Burios. In qualunque caso, il comune conserva oggi importanti giacimenti preistorici —megaliti e petroglifi— e preromani, come il castro di Neixón, e una ricchezza naturale comune a tutta la Serra do Barbanza fino alla quale si estende Boiro dai suoi più di 60 km di costa.

Proprio il castro di Neixón, affacciato sul mare attraverso l'insenatura di Rianxo, ci permette di viaggiare di 2.000



Punta do Chazo

COSA VEDERE

Il **castro di Neixón** (I sec.), uno dei principali giacimenti archeologici preromani della ria. Le **chiese romaniche di Cesón e Abanqueiro**. Le **torri** e il **pazo de Gojáns**. Il **pazo de Fonteneixa** e i **pazo de Agüeiros**. Le **spiagge** come quelle di **Barnaixa**, **Carraqueiros**, **A Retorta**, **A Ladeira do Chazo** o **Mañóns**. Le **rotte naturali** per raggiungere la Charca de Abanqueiro, le lagune di Carraqueiros, l'estuario del fiume Corono, i mulini di Ponte Gojáns, le case natali di **Daniel R. Castela** (1886-1950), **Manuel Antonio** (1900-1930) e **Rafael Dieste** (1899-1981). **Gli abitanti castreñi di O Castroiro** e **As Cercas**. Il **Museo do Mar** e l'**Aula do Mar**. Il **pazo de Tanxi**. L'*hórneo de Araño*, il più lungo di tutta la Galizia (36 metri).

Boiro attrae inoltre per le sue spiagge protette, i suoi pazzi assolti e le belle rotte da percorrere immersi nella natura.

Boiro attrae inoltre per le sue spiagge protette, i suoi pazzi assolti e le belle rotte da percorrere immersi nella natura.



Porto

COSA VEDERE

Nella piazza di Rafael Dieste, il **pazo de Martelo** (XIV sec.), il **cruceiro barocco** e la **chiesa di Santa Comba** (XV e XVIII sec.). Il santuario di **A Nosa Señora de Guadalupe** (XVI sec.). La chiesa di **Santa María de Leiro** (XVII sec.). Qui fu trovato il famoso casco di Leiro, pezzo d'oro del VI secolo a.C. (oggi nel Museo do Castelo de Santo Antón, ad A Coruña). Nella **ría de Abaixo**, le case natali di **Daniel R. Castela** (1886-1950), **Manuel Antonio** (1900-1930) e **Rafael Dieste** (1899-1981). **Gli abitanti castreñi di O Castroiro** e **As Cercas**. Il **Museo do Mar** e l'**Aula do Mar**. Il **pazo de Tanxi**. L'*hórneo de Araño*, il più lungo di tutta la Galizia (36 metri).

Da Ames passano altri due cammini giacobi: quello Portoghese —che passa da O "humillador", "l'humiliador"; ovvero, dove i pellegrini si "omillavano" (umiliavano) e si inginocchiavano vendendo per la prima volta la cattedrale, cosa che succedeva ai piedi della cappella di A Madalena— e il Cammino di Fietra e Muxia, conosciuto qui come Camiño Real (Cammino Reale), e che vede A Ponte Maceira come luogo più importante.

Rianxo combina campagna e mare. Lungo il litorale si spiegano le coltivazioni di cozze e, nel suo porto, la *lonja* (mercato del pesce), dove si vende allasta la ricchezza catturata dalla flotta della città. Addentrandosi via terra, le coltivazioni agricole completano questa doppia attrazione naturale del comune.

La Madonna di Guadalupe presiede le feste più importanti di Rianxo, che si svolgono ogni settembre, tra le quali spicca una devota e colorista processione marittima lungo la ria.



Pazo de Lestrove

COSA VEDERE

La **chiesa parrocchiale di Santa María**, in stile barocco, costruita nel 1719 dall'architetto compostelano Simón Rodríguez, vent'anni dopo realizzò la sua magnifica pala dell'altare maggiore. Il **pazo de Lestrove** (XVIII sec.), mansione di riposo degli arcivescovi compostelani dal XVI secolo, e il **pazo de Herminida** (XVII sec.), dove la scrittrice Rosalía de Castro vive per diversi periodi. Questo pazo fu anche scenario, nel 1930, del "Pacto de Lestrove" dal quale nacque la Federación Republicana Gallega. Gli *hórnes di Lestrove* e *lmo*, ecc. L'**estuario del fiume Ulla**, interessante in inverno per la sua fauna.

Poi, estesi lungo tutto il territorio municipale, s'innalzano begli esempi di architettura popolare come i cruceiros —alcuni con una piccola cappella incorporata nel fusto—, le pombais (colombaie), i mulini o le fontane.

Rosalía de Castro immortalò i paesaggi di Dodro in versi come i seguenti: "Como chove miudiño, / como miudiño chove; / como chove miudiño / pola banda de Laiño, / pola banda de Lestrove".

Queste terre riuniscono un ricco passato signorile —i pazos di Lestrove o Herminida ne sono singolari testimonianze—. E inoltre una ricca letteratura e culturale che proviene dalla sua intima connessione con Rosalía de Castro e suo marito Manuel Murguía, che vissero qui per diverso tempo.

Queste terre riuniscono un ricco passato signorile —i pazos di Lestrove o Herminida ne sono singolari testimonianze—. E inoltre una ricca letteratura e culturale che proviene dalla sua intima connessione con Rosalía de Castro e suo marito Manuel Murguía, che vissero qui per diverso tempo.

PADRÓN

Percorso **del Padrón a Santiago**

- Padrón, culla della tradizione giacobea, città bellissima e monumentale, si trova in un'ampia vega (prato) tra i fiumi Ulla e Sar. Il suo nome sembra provenire dal "Pedrón", un'ara romana dedicata a Nettuno che la tradizione collega al luogo di ancoraggio della barca apostolica —la *Barca de Pedra*— che oggi è custodita nella chiesa di Santiago.

La Padrón monumentale ci regala molteplici esempi della sua bellezza. Ma seduce anche la Padrón paesaggistica, che ci invita di settembre: coloro che sono stati vicini alla morte offrono a Gesù ceri e feretri, che portano in processione.



Pazo di O Faramello

ROIS

Percorso **del Padrón a Santiago**

- Rois appartiene alla zona del fiume Sar ed ha poco più di 5.000 abitanti. È un municipio dell'interno, ma molto vincolato alla costa per la sua vicinanza a due rie: quella di Arousa e quella di Muros-Noia. La varietà del suo paesaggio lo porta a raggiungere —nei suoi poco meno di cento chilometri quadrati— i 600 metri di altezza del monte di O Pedregal e, come contrasto, ci regala la fertile valle del Sar e dei suoi affluenti, i fiumi Líañes e Rois.

Nella frazione di Ribasar si trova un importante giacimento archeologico, il Castro Lupario, su una collina che condivide con la circoscrizione municipale di Brión. Possono ammi-



Ponte di Rúa de Francos

COSA VEDERE

Il **pazo do Faramello** (Ribasar), costruito nel 1727, fu sede della prima fabbrica di carta della Galizia, oggi scomparsa. Il **pazo de Antequiera** (Oín), del XVIII secolo, con un'interessante cappella in onore a San Giovanni Nepomuceno (popolare santo ceco del XIV secolo) e giardini. La **chiesa di Leroño**, con una navata romanica (XII sec.), e la **chiesa di San Miguel de Costa**, di origine romanica. **Cruceiros** come quello di Vilaró, che rappresenta il momento del riposo di Gesù della Croce. Il **giacimento archeologico di Castro Lupario** (Ribasar), villaggio preromano fortificato. La **Via Crucis di Sorribas** (XVII sec.), accanto alla chiesa.

Nello scudo di Teo ci sono due spade incrociate disposte su un ponte. Ricordano la famosa battaglia di Caeheiras, che ebbe luogo in questo posto il 23 aprile 1846, simbolo della lotta dei liberali —il comandante Solís in alleanza con il movimento galizianista appena sorto— contro la dittatura del generale Narváez. Questi dovette dimettersi, ma Solís ed undici dei suoi ufficiali furono fucilati tre giorni dopo a Carral.

Nella frazione di Rúa de Francos, la zona ricreativa di **O Xirimbaço** (Reis) ai piedi del fiume Ulla, con riserva di pesca, ponte sospeso e *caballeira* (queretto). La **chiesa di Santa María de Lampal**, nel villaggio di Moseiro, di origine romanica. Il **petroglifo del monte Angueira** (tra i villaggi di Cornide e Regoufe).



A Ponte Maceira

Ames sorprende per la sua ricchezza etnografica e naturale e per il dinamismo socio-economico contagiato dalla sua vicinanza a Santiago.

Ames sorprende per la sua ricchezza etnografica e naturale e per il dinamismo socio-economico contagiato dalla sua vicinanza a Santiago.

Ames sorprende per la sua ricchezza etnografica e naturale e per il dinamismo socio-economico contagiato dalla sua vicinanza a Santiago.

Ames sorprende per la sua ricchezza etnografica e naturale e per il dinamismo socio-economico contagiato dalla sua vicinanza a Santiago.

Ames sorprende per la sua ricchezza etnografica e naturale e per il dinamismo socio-economico contagiato dalla sua vicinanza a Santiago.



Facciata di As Praterías

COSA VEDERE

Le rovine del castello di **A Rocha Forte** (XIII e XV sec.). La **chiesa di Santa María de Conxo** (XVIII sec.), con il suo Cristo di Gregorio Fernández. L'**Alameda di Santiago**, con il suo magnifico bosco di *carballós* (querce) e la **chiesa di Santa Susana** (prima si chiamava chiesa del Santo Sepulcro). La compostelana **ría do Franco**, la più frequentata della città. La **piazza das Praterías**, che nell'anno 2012 ha avuto due punti di interesse alla sua storica bellezza: il **Museo das Peregrinaciós e de Santiago** e l'edificio per esposizioni **Casa dos Coérgos**.

In essa, inoltre, la **facciata sud della cattedrale** (in stile romanico), la **Torre do Reloxo** o **Berenguela** (XIII sec.), e alla sua destra, salendo le scale, la **piazza da Quintana**.

Le rovine del castello fortificato di A Rocha Forte ci ricevono poco prima di raggiungere il centro urbano di Compostela. Si tratta di un giacimento (in fase di scavo), del castello medievale più emblematico della Mirra Compostelana, occupato tra il XIII e il XIV secolo, quando fu distrutto dagli *imandriños</*