

## Sanxenxo

Parcours **Arousa Sud**

- L'itinéraire maritime et fluvial commence à l'entrée de la ria d'Arousa. Nous laissons à tribord les îles d'Ons – qui composent le Parc National des Îles Atlantiques –, situées en face de la ria de Pontevedra et le littoral de Sanxenxo.

Sanxenxo est la ville touristique pour le soleil et la plage par excellence de la Galice. Sur ses 36 km de côte, elle compte une vingtaine de plages dont la moitié arborent le Pavillon Bleu, cette commune est donc en position de tête pour l'Espagne au titre de ces distinctions. La plage de Silgar est la plus fréquentée, c'est le rendez-vous estival de milliers de Galiciens et étrangers. À l'autre bout de Sanxenxo, A Lanzada, une plage emblématique de 2,8 km de long dont la plus grande part appartient à la commune voisine d'O Grove.

Au début de cette plage, dans la zone de Sanxenxo, A Lanzada possède un important ensemble historique tar-do-romain et médiéval formé par une nécropole romaine – fouillée en 2010 –, une tour de du guet – connue comme « la tour vikings » – et une chapelle romane du XIII<sup>e</sup> siècle.



Port et club nautique

### À VOIR

Les **îles d'Ons**, auxquelles vous pouvez accéder à partir de **Sanxenxo** : des plages, des randonnées et la gastronomie – recette du poulet renommée –. Les **magnifiques plages** : Areas, Silgar, Canelas, Montalvo, Paxariñas, Major, Foxos… Le **tourisme nautique**, avec plus de 400 anneau dans son port de plaisance. La **gastronomie** de la mer, les **Albariño**, des vins délicats (D.O. Rías Baixas) comme ceux de Padrifñán. Et les **nuits d'été** de Silgar et Portonovo. L'**ensemble historique tar-do-romain et médiéval d'A Lanzada**. C'est ici que se tient, le dernier dimanche d'août, la **romería** (kermesse) **da Virxe da Lanzada**, qui compare le « bain des neufs vagues », un rite ancestral de fertilité.

## Meaño

Parcours **Arousa Sud**

- Si Sanxenxo représente le potentiel et la beauté du littoral atlantique, Meaño nous invite – comme complément, pour se détendre dans l'arrière-pays – son paysage rural fait de cultures fertiles (surtout les vignobles d'Albariño) et de sa richesse en pierre granitique.

Avec une population de quelque 6 000 habitants, Meaño exhibe sa beauté ethnographique et son architecture civile sur ses *cruceiros* (calvaires), ses héros – comme celui de Simes, en forme de « L » –, ses moulins à eau – plus de 70 sur tout son territoire – ou encore ses pazos (manoirs) comme celui de la famille Zárate ou Lis, sans parler de l'art roman de ses églises, notamment l'église de Simes.



Vues depuis Meaño

### À VOIR

L'**église de Simes**, d'origine romane et celle de **San Xoán**, romane aussi – voir surtout les remarquables modillons zoo anthropomorphiques sous son auvent –. Le **pazo de Zárata**, à Padrenda (XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles), et le **pazo de Lis**, de style baroque – il abrite le Musée de la femme galicienne –. La **ruta dos muíños** (route des moulins), sentier de randonnée jalonné de moulins à eau. Tous les mois de juillet, Meaño exalte ses vins Albariño lors de la **rencontre des vins d'ateur**, **Encontro de viños rutos de autor**. Toute la contrée du Salnés est sillonnée par plusieurs **rutas do viño** (tours du vin). Les **vues de la ria d'Arousa depuis ses miradors**, par exemple celui de **San Cibrán de Covas**, *Chan de Lores* ou *Monte Castrove*.

Auprès de tout ce foisonnement artistique, les vignobles se dépliant sur les coteaux et se font, à leur tour, véritables œuvres artistiques : ce sont les fameux Albariños – de la Dénomination d'Origine (AOC espagnole) Rías Baixas – qui donnent du caractère à toute cette contrée du Salnés : des vins blancs parfumés, fruités et jeunes qui ont mérité un prestige mondial.

Meaño est une commune tranquille. Son offre de tourisme rurale sélecte est le complément du brouhaha multicolore qui monte de la côte toute proche.

## O Grove

Parcours **Arousa Sud**

- La commune d'O Grove commence à la pointe de San Vicente, à l'entrée de la ria par tribord. Son extrémité opposée se situe sur l'A Illa da Toxa, blotée à l'est, à l'intérieur de cet océan miniature que forme la grande ria d'Arousa.

La péninsule de San Vicente nous a légué la représentation iconographique de plus ancienne de la translation du corps de l'apôtre saint Jacques. Il s'agit d'une pièce de monnaie frappée à Compostelle correspondant au règne de Ferdinand II de León (1157-1188) qui fut retrouvée dans le cadre des fouilles archéologiques d'Adro Vello, sur la plage d'O Carreiro. La pièce de monnaie, en argent et cuivre – exposée de nos jours à Saint-Jacques, au Musée des pèlerinages –



Plage d'A Lanzada

### À VOIR

La **plage d'A Lanzada**, près de 3 km de plage ouverte sur la large et une très belle promenade en bois. Les **itinéraires de randonnée** – montée au **mont Stradella** – belvédère et Aula da Natureza (classe de nature) – jusqu'à **Con Negro** avec des formations rocheuses spectaculaires au bord de la mer ou encore la **Lagoa A Bodeira** (intéressante réserve ornithologique). Les fouilles archéologiques d'**Adro Vello**, sur la plage d'O Carreiro (San Vicente), des vestiges d'une villa romaine, une église du VII<sup>e</sup> siècle et une nécropole. **A Illa da Toxa**, l'un des sites touristiques les plus fréquentés de la Galice. L'**Acuario** (aquarium) d'O Grove. La **Festa do Marisco** (fête des fruits de mer), chaque mois d'octobre depuis 1963.

montre sur l'envers le corps gisant de l'apôtre, accompagné de ses deux disciples et reposant à l'intérieur d'un bateau.

Entre la pointe San Vicente et A Illa da Toxa, O Grove offre un littoral bordé de merveilleuses plages de sable blanc ou doré, des espaces naturels authentiques avec des forêts de pins maritime et des sentiers attractants pour de randonnées ainsi qu'une intéressante offre gastronomique dont les fruits de mer sont la grande vedette.

## Cambados

Parcours **Arousa Sud**

- C'est à Cambados que l'on peut admirer les plus beaux couchers de soleil de toute la ria d'Arousa, mais aussi un riche patrimoine historique et artistique. La commune se compose de trois agglomérations : Fefiñáns – avec la belle place du même nom comme emblème –, Cambados, le centre administratif où se trouve la pazo de Bazán, qui est aujourd'hui le Parador Nacional de Turismo, et San Tomé do Mar – la petite ville de marins par excellence –.



Pazo de Fefiñáns

### À VOIR

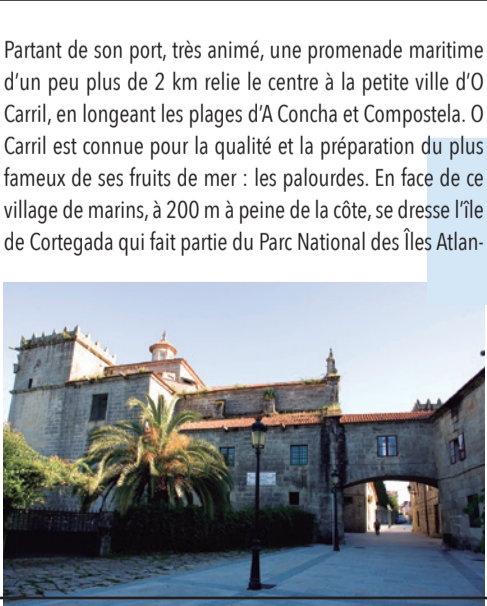
La **place de Fefiñáns** (XVII<sup>e</sup>), un ensemble formé par un grand pazo urbain, un hameau et l'église paroissiale de San Bieito. La petite ville de marins de **San Tomé do Mar** ou trouve le **pazo baroque de Montesacro**. Les ruines romanes de l'église de **Santa Mariña Dozo** (1530) avec sa nef à quatre arcs. La **Casa-Museo** (Maison-Musée) du poète **Román Caballín**. Le **Museo Etnográfico** et **do Viño**. Cambados organise, tous les mois d'août depuis 1952, la **Festa do Albariño**. Classe d'intérêt touristique internationale, c'est le deuxième la plus ancienne d'Espagne après celle de Xérès (1948).

Cambados est aussi la patrie de nombreux Galiciens illustres tels que le poète Román Caballín, auteur du vers « Galicial Na e Señora, sempre garimosa e forte! » (Galice mère et grande dame, toujours tendre et forte), les sculpteurs Francisco Correyo et Francisco Leiro, ou le politicien et écrivain du XIX<sup>e</sup> siècle Pedro Pablo Bazán de Mendoza. C'est ici, en outre, qu'il faudrait résider en des écrivains comme Emilia Pardo Bazán ou Valle-Inclán ou encore le théoricien du Régionalisme Alfredo Brañas.

## Vilagarcía de Arousa

Parcours **Arousa Sud**

- Vilagarcía, la « Perle d'Arousa », fut fondée au milieu du XV<sup>e</sup> siècle dans une petite baie surplombée par les monts Xabre et Lobeira. Dans ce dernier il avait une forteresse médiévale qui joua un rôle important du temps de l'archevêque de Saint-Jacques, Diego Gelmírez, car la reine doña Urraca eut à y séjourner à plusieurs reprises. Aujourd'hui, Vilagarcía compte une population d'environ 350 000 habitants, c'est une ville dynamique et touristique, le centre névralgique de tout le territoire d'O Salnés.



Partant de son port, très animé, une promenade maritime unique dans toute l'Europe avec des exemplaires de plus de 10 m de haut et sur une surface de deux hectares et demi.

### À VOIR

L'**église de San Martiño de Sobrán** (Vilaxoán), romane du XII<sup>e</sup> siècle, une seule nef et très belle façade. L'**église de Santiago do Carril** (XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles), située en face de l'île de Cortegada, le **pazo-couvent de Vista Alegre**, baroque également. Le **parc fluvial du Con**. Trois magnifiques belvédères : le **mont Meda** – du haut duquel nous découvrons le tronçon final de l'Ulla et même les Torres de Oeste (Catoira) –, le **mont Xabre** (413 m) offrant une vision panoramique de la ria d'Arrousa, et le **mont Lobeira** (292 m) dont le belvédère appartient à la commune de Vilanova.

## A Illa de Arousa

Parcours **Arousa Sud**

- Située au milieu de la mer d'Arousa, ses 7 km de long sur 2,5 m de large et 36 km de côte en font la plus grande des îles de la ria. Son rivage est rocheux et peu élevé, découpé, avec de petites criques et des plages à fabri du vent, parfaites pour la baignade surtout à marée haute. Elle est reliée au continent par un long pont de près de deux kilomètres, inauguré en 1985. Jusqu'alors, il fallait arriver sur l'île par des barques qui partaient du port de Vilanova de Arousa. Cet isolement pendant des siècles a permis de préserver un environnement naturel unique.

C'est le cas du Parc Naturel de Carreirón, à l'extrême sud, une péninsule reliée à l'île par le tumulus d'As Salnés. Il est classé



A Illa de Arousa

### À VOIR

Le **Parc Naturel de Carreirón**. Les plages de sable blanc et fin, des eaux calmes comme celles de Cónserado, Xastelas, Camaxe ou Lavanqueira, entre autres. Les « cons », de curieux rochers de granit qui ont pris des formes invraisemblables : la **Ruta dos Cons** parcourt toute l'île. **Lamontée** à « **O Santo** », la partie la plus haute de l'île, où se dresse la **capelle du Sacré-Cœur** (installée en 1962). Le **port d'O Xufré**. L'**église paroissiale de San Xulián**, de style néo-classique (XX<sup>e</sup>), construite avec les restes d'une ancienne tour de défense. A **Festa do Mexillón** (fête de la moule), le premier dimanche d'août, et le **Festa do Polbo**, le céphalopode qui est à l'honneur le premier dimanche de septembre.

De plus, A Illa de Arousa peut se vanter, de plus, de préparer l'un des meilleurs *polbos á feira* (poulpe) de Galice. Ses habitants pêchent ce céphalopode depuis des siècles.

zone spécialement protégée pour les oiseaux et les peuplements de hérons cendrés, notamment. La végétation dunaire et les forêts de pins s'allient pour créer un paysage réellement merveilleux.



Vilanova de Arousa

## Vilanova de Arousa

Parcours **Arousa Sud**

Vilanova est la ville natale de l'écrivain Ramón María del Valle-Inclán. C'est ici qu'il naquit, dans la Casa do Cuadrante – aujourd'hui Casa-Museo (Maison-musée) – le 28 octobre 1866. Ce fut à cet endroit que ce dramaturge trouvait son inspiration en écoutant « les histoires de santos, almas en pena, duendes y ladrones » (les histoires de saints, d'âmes en peine, de lutins et de voleurs) à lui raconter, affirme-t-il, « una doncella muy vieja que se llamaba Micaela la Galana » (une très vieille bonne qui s'appelait Micaela la Galana).

Vilanova est le berceau des frères, écrivains et journalistes, Julio et Francisco Camba. Les itinéraires littéraires et biogra-



phiques de Valle-Inclán et des frères Camba ont été tracés à travers la ville et nous permettent de découvrir l'origine de l'univers qu'ils ont créé dans leurs œuvres.

La ville s'étend sur le rivage de la ria, connue sous le nom de « Mer d'Arousa ». Elle possède un vaste littoral de 20 km, regorgeant de plages planes de charme, au sable fin et aux rochers sculptés par le temps, les vents et la mer. Deux des plus connues sont As Sinas et O Terrón, très fréquentées l'été. C'est aussi en saison estivale que se concentrent les fêtes et romerías (kermesses) les plus populaires.

## Ribeira

Parcours **Arousa Nord**

- Par le nord de la ria, Ribeira et son île de Sálvora sont le portail de la route maritime et fluviale vers Compostelle. En plus des attraits naturels et monumentaux, Ribeira possède un port de pêche puissant, le premier port espagnol pour la pêche côbière. Chaque jour de sa criée voit partir de la marchandise vers toute l'Europe.

Le littoral offre ses magnifiques plages comme Río Azor, Corso, O Castro ou encore A Furnas. Des spectacles naturels comme l'environnement de Corrubedo et son complexe dunaire. Et des belvédères qui mettent sous nos yeux la vue panoramique de la grande ria : San Roque, Pedra da Ra ou le Monte Facho, notamment.



Port

### À VOIR

Le Parc Naturel des **Dunes de Corrubedo** et **Lagoas** (lagunes) de **Carregal** et **Vixán**, un complexe dunaire des plus remarquables en Europe, avec 5 km de plages et un écosystème extrêmement riche où vivent des espèces uniques. Le **phare de Corrubedo** (1853). L'**île de Sálvora**, un paradis naturel de 15 km<sup>2</sup> appartenant au Parc National des Îles Atlantiques. Le **dolmen d'Axeitos**, monument mégalithique exceptionnel vieux de plus de 4 000 ans. Le **castro d'A Cidá**, dans la paroisse de Carreira (les herbes folles ne nous empêcheront pas d'apprécier l'importance de cette installation). A **Covasa** (Aquiño), les restes de ce qui fut probablement un **port phénicien** (XII-VIII<sup>e</sup> siècles av. J.-C.).

Chaque été, Ribeira célèbre ses fêtes patronales (le 12 septembre), la Festa da Dorna (le 24 juillet) ou la Festa do Percebe (pouce-pied), à Aquiño. Les restaurants de la ville sont particulièrement recommandés pour leurs recettes soignées et succulentes des excellents produits de la mer.

## A Pobra do Caramiñal

Parcours **Arousa Nord**

A Pobra do Caramiñal est l'une des villes les mieux préservées de la ria d'Arousa. Elle possède un trésor historique et artistique d'envergure composé d'églises et de pazos fort intéressants. Son blason actuel le Chemin jacquaire a laissé son empreinte : une embarcation qui navigue sous deux coquilles Saint-Jacques.

La commune est le résultat de la fusion, au XIX<sup>e</sup> siècle, de deux agglomérations : A Pobra do Deán et la petite ville d'O Caramiñal. À cette époque, l'industrie locale des conserves – dont des industriels catalans étaient les propriétaires – était en plein essor.



Torre de Xunqueiras

### À VOIR

Parmi les pazos importants, visiter surtout la **Torre Bermúdez**, qui accueille le Musée Valle-Inclán. L'exposition comporte différents objets en lien avec la vie de l'illustre écrivain qui affirmait être né sur un bateau en pleine ria d'Arousa, entre Vilanova et A Pobra. Quoi qu'il en soit, il vécut dans cette ville pendant plusieurs années et le rendit immortelle dans son œuvre sous le nom de « Viana del Prior ». A Pobra est aujourd'hui, en outre, une commune charmante avec des plages pleines d'animation en juillet et août, des sentiers de randonnée nature, dans la Serra do Barbanza, ou bien littéraires sur les pas du dramaturge immortel.

## Boiro

Parcours **Arousa Nord**

- L'origine du toponyme « Boiro » se perd dans la nuit des temps, ou plutôt dans la brume car la « brume » ou le « brouillard » sont probablement les mots qui expliquent l'étymologie de « Boiro ». Mais aussi « bo-ouro », « bon or », qui fait allusion à la Gallegaia de jadis, riche en or. Ou bien peut-être que le nom lui vient de la tribu des Burios. Quoi qu'il en soit, la commune conserve aujourd'hui d'importants gisements préhistoriques – des mégalithes et pétroglyphes – et préromains tels que le castro de Neixón, et une richesse naturelle commune à toute la Serra do Barbanza que Boiro rejoint en s'étalant sur plus de 60 km de côte.

C'est justement le castro de Neixón, surplombant la mer à travers la baie de Rianxo, qui nous permet de voyager



Pointe d'O Chazo

### À VOIR

Le **castro de Neixón** (I<sup>e</sup> siècle), l'un des principaux gisements archéologiques préromains de la ria. Les **églises romanes de Cespon** et **Abanqueiro**. Les **tours** et le **pazo de Goiáns**. Le **pazo de Fonteneix** et le **pazo d'Agüeiros**. Les **plages** comme celle de **Barraña**, **Carraqueiros**, **A Retorta**, **A Ladeira do Chazo** ou encore **Mañóns**. Les **routes de nature** jusqu'à la Charca de Abanqueiro, les langes de Carraqueiros, l'estuaire du Coroño, les moulins de Porto Goiáns, la cascade de Cadamou et le parcours jusqu'à Castelo de Vitas. La **nécropole mégalithique d'Amacedia** (Cespón). Les **pétroglyphes de Pedra da Craba** et **Pedra da Bouza** (Âge de Bronze), entre autres.

Boiro est attrayant, par ailleurs, pour ses plages à l'abri du vent, ses pazos (demeures) nobiliaires et ses sentiers de randonnée en pleine nature.

## Rianxo

Parcours **Arousa Nord**

- La petite ville de Rianxo est la gardienne de certains des traits d'identité les plus profonds de la Galice. D'une part, elle a donné son nom à l'un des airs les plus populaires et internationaux de ce pays, « A rianxeira », composée dans les années 1940 par deux Galiciens émigrés à Buenos Aires. Le refrain dit : « Ondiñas veñen, ondiñas veñen e van… » (Les vagues vont et viennent). Et, d'autre part, elle a vu naître, dans sa ria de Abaixo, trois des plus importants intellectuels et artistes galiciens du XX<sup>e</sup> siècle : le politicien, écrivain et dessinateur d'art Daniel Rodríguez Castelao, le poète Manuel Antonio et le conteur et éditeur Rafael Dieste.

Rianxo allie la campagne et la mer. Sur le littoral se déploient les *bateas* (radeaux) sur lesquels on cueille des moules et, dans son port, on vend à la criée les richesses pêchées par la flottille de la ville. Dans l'arrière-pays, les cultures agricoles complètent ces deux atouts naturels de la commune.



Port de Rianxo

### À VOIR

Sur la place de Rafael Dieste, le **pazo de Martelo** (XIV<sup>e</sup>), le **cruceiro baroque** et l'**église de Santa Comba** (XV<sup>e</sup> et XVI<sup>e</sup> siècles). Le sanctuaire **d'A Nosa Señora de Guadalupe** (XVI<sup>e</sup>). L'**église de Santa María de Leiro** (XVII<sup>e</sup>). C'est sur ce site qu'a été retrouvé le célèbre casque de Leiro, une pièce en or du VII<sup>e</sup> av. J.-C. (aujourd'hui au Musée du Castelo de Santo Antón, à La Corogne). Dans la **ria de Abaixo**, les maisons natales de **Daniel Rodríguez Castelao** (1886-1950), **Manuel Antonio** (1900-1930) et **Rafael Dieste** (1899-1981). **Los poblados castreños** (oppidum) d'**O Castroño** et **As Cercas**. Le **Museo do Mar** (Musée de la Mer) et l'**Aula do Mar** (classe de Mer). Le **paseo de Taxill** (promenade). L'**héroo d'O Areal**, le plus long de Galice (36 m).

dans son port, on vend à la criée les richesses pêchées par la flottille de la ville. Dans l'arrière-pays, les cultures agricoles complètent ces deux atouts naturels de la commune.

La Vierge de Guadalupe préside aux fêtes les plus importantes de Rianxo qui se tiennent en septembre et qui comportent une dévotion procession haute en couleur qui se déroule en mer, dans la ria.

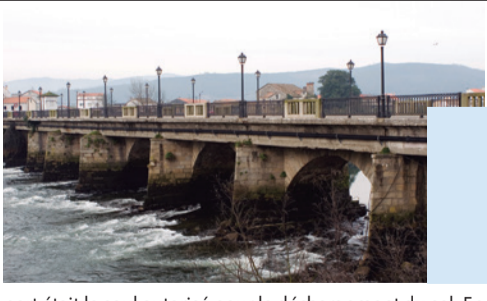
forme de *cruceiros* (calvaires) – dont certains contiennent une chapelle à l'intérieur de leur colonne – des *pombares* (colombiers), des moulins ou encore des fontaines.

Rosalía de Castro immortalisa les paysages de Dodro dans des vers tels que ceux-ci : Como chove miúdo, / como miúdo chove ; / como chove miúdo / pola banda de Laiño, /pola banda de Lestrove » (comme il pleut doucement / comme il pleut doucement / sur la rive de Laiño, / sur la rive de Lestrove).

## Dodro

Parcours **Arousa Nord**

- Dodro est une petite commune située dans l'estuaire de l'Ulla (zone naturelle de marais qu'elle partage avec Padrón et Rianxo). Avec un peu plus de 3 000 habitants répartis sur trois paroisses – Santa María de Dodro, San Xán de Laiño et San Xoán de Laiño –, la commune de Dodro est issue d'une scission de Padrón.
- Ces terres ont hérité d'un riche passé seigneurial – les pazos de Lestrove ou Hermedia en sont les éloquentes témoins – ainsi que d'une histoire littéraire et culturelle provenant d'une relation forte de Rosalía de Castro et son époux Manuel Murguía avec cette ville. En effet, ils y vécurent pendant plusieurs années. Par ailleurs, dans tout le territoire municipal, se dressent de beaux exemplaires d'architecture populaires sous



Pont romain

### À VOIR

L'**église de San Xulián de Requeixo**, fondée par Diego Gelmírez en 1116. *Cruceiros* (calvaires) comme celui de **San Xulián** (XVII<sup>e</sup>), qui appartient à l'ensemble de la chapelle et de l'hôpital pour lépreux de San Lázaro -, Carreiras (XVIII<sup>e</sup>) ou Porto. Le **pazo** et le **cruceiro de Cova** (XVIII<sup>e</sup>). Le bâtiment de l'**Alfoñín da Renda de Tabacos** (XVIII<sup>e</sup>), construit sur un plan carré et sur deux niveaux avec un énorme blason aux armes des Bourbon. Le **conxunto** (ensemble) **Caldeirão**, dans un quartier de pêcheurs d'O Porto. La **romería de San Lázaro** (le dimanche des Rameaux) date du XIV<sup>e</sup> siècle et compte parmi les plus anciennes de Galice. La Fête de la **Lampiro** à lieu entre mars et avril.

C'est à Pontecesures que conduit la route maritime et fluviale de la mer d'Arousa. À partir d'ici, le pèlerin devra poursuivre son chemin par la terre jusqu'à Padrón, Iria Flavia, Teo et Compostelle, en empruntant le dernier tronçon du Chemin Portugais.

## Padrón

Parcours **de Padrón à Saint-Jacques-de-Compostelle**

- Padrón, le berceau de la tradition jacquaire, une belle ville monumentale fondée sur une vaste plaine fluviale entre l'Ulla et le Sar. Son nom semble provenir du « Padrón », un autel romain dédié au dieu Neptune que la tradition relie au lieu de l'actostage de la barque apostolique - la *Barca de Pedra* – qui se conserve aujourd'hui dans l'église de Saint-Jacques.

Le Padrón monumental nous égale d'une foule de belles choses, mais il nous séduit également par son paysage qui nous invite par exemple à marcher le long du Sar jusqu'à sa confluence avec l'Ulla. Nous pouvons monter au sanctuaire d'O Santiaguí-



Casa-musée de Rosalía de Castro

### À VOIR

L'ancien port de Padrón, origine du XII<sup>e</sup> siècle : d'après la tradition c'est ici qu'accosta, en provenance de Jaffa (Palestine), le corps de l'apôtre. La **promenade fluviale d'O Espolón** (XIX<sup>e</sup>). L'**église de Saint Jacques**, qui renferme **O Pedrón**. La **Fonte do Carme** (XVIII<sup>e</sup>). La **Casa-Museo de Rosalía de Castro**. L'**église de Santa María de Herbón**, de style roman.

À **Iria Flavia**, la **Fundación Camilo José Cela**. En face, l'**église collégiale de Santa María de Iria**. Jouxant la collégiale, le **cimetière d'Adina**, où est enseveli Camilo José Cela et qui conserve une nécropole suève (VI<sup>e</sup>). Le **sanctuaire d'Escrivitude** (XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles). À **Caracía**, confection chaque année d'une **tortilla géante** faite avec des milliers d'œufs.

fo do Monte en passant par un Chemin de Croix ou Via Crucis de 125 marches ou admirer le jardin botanique (XIX<sup>e</sup>).

Le Padrón « extramuros » ou rural s'étend, pour sa part, vers Iria Flavia – qui fut ville romaine, siège épiscopal jusqu'au XI<sup>e</sup> siècle – où se trouve aujourd'hui la Fundación Camilo José Cela –, avec son svelte sanctuaire d'A Escrivitude. Dans la direction de Herbón – où sont cultivés les fameux piments – ou de A Matanza, la maison de Rosalía de Castro, ou de Caracía, patrie du poète médiéval Marías, o Namorado.

de murs et de l'enceinte. C'est ici que vécut, d'après la tradition, la reine Lupa, à qui les disciples de saint Jacques auraient demandé un emplacement pour ensevelir l'apôtre. Rois compte également une richesse très varié sur le plan ethnographique et monumental : des pazos, des héros, ses nombreux *cruceiros*, ou encore ses intéressantes églises de style baroque dont certaines conservent des éléments romans.

# ROUTE DE LA MER D'AROUSA ET RIVIÈRE ULLA



Xacobeo 2027 GALICIA CALIDADE

Numéros D'appel D'urgence

- 061 (Galice)
- 112 (National)
- 085 (Incendies de forêt en Galice)

www.caminodesantiago.gal

App "Camino Santiago" (Disponible sur Google Play et App Store)



## AU-DELÀ DU CHEMIN... ROUTE DE LA MER D'AROUSA ET RIVIÈRE ULLA ->

Vous voici arrivé à Compostelle. Le moment est venu de garder vos chaussures de marche et de vous convertir en un voyageur curieux, sensible et actif. Retournez sur vos pas. Tout ce que vous avez pu voir ou dont vous avez pu profiter sur votre route vous attend. D'autres chemins s'ouvrent à vous, tout aussi séduisants. Regardez tout ce que nous avons préparé pour vous.



Vignobles de l'Appellation d'origine Rias Baixas

En Galice, le vin est la somme de la culture et de l'art. L'Appellation d'origine Rias Baixas, où se trouvent les racines de l'albariño, s'étend sur toute la région d'O Salnés (province de Pontevedra). Cambados au coucher du soleil invite à la détente, à déguster ses crus et à parcourir ses pazos et ses maisons seigneuriales, comme le pazo de Bazán –Parador National de Tourisme–, ou le pazo de Refinán, avec le chai le plus ancien de l'endroit. Vous êtes dans une région où vous pouvez visiter tranquillement des chais, des monuments, des plages et des forêts, car tous ici sont à l'honneur.

Tout près de Cambados se trouve le monastère de Santa María de Armenteira, du XIIe siècle, considéré comme la cathédrale d'O Salnés. C'est précisément par la rivière Armenteira que passe une magnifique route de randonnée de 14 km (aller et retour) dite "Ruta da pedra e da auga" (route de la pierre et de l'eau) : paysages fluviaux, moulins, forêt riveraine... dans un environnement fascinant. D'autres routes, comme celles des moulins de la rivière Chanca, vont également vous transporter à la nature la plus fluviale et typique de Galice.



Pazo de Rubián, Vilagarcía de Arousa

Et d'une route gastronomique à une route monumentale et botanique à la fois : la route des Camélias, cette fleur d'hiver originaire de Chine et du Japon, qui a trouvé en Galice une place excellente dans les jardins aristocratiques des pazos galiciens : le pazo de Rubián, à Vilagarcía de Arousa ; le pazo de Bazán, à Cambados ; le Pazo de Oca, à A Estrada (connu comme le « Versailles galicien ») ; ou celui de Santa Cruz de Ribadulla (à Vedra, avec des exemplaires géants de camélias – dont quatre magnifiques –, entre autres).



Pazo de Oca, A Estrada



Pazo de Santa Cruz de Ribadulla, Vedra

Et l'océan attend dessiné par des dizaines de plages qui terminent à la péninsule d'O Grove, entourée de belles étendues de sable. Reliée à la terre par la plage d'A Lanzada, une grande étendue de sable avec des restes romains et suèves, et une belle chapelle du XIIe siècle. La péninsule est également reliée à travers un magnifique pont d'inspiration moderniste, avec l'île la plus connue, A Toxa, située en pleine ria d'Arousa. Cette île nous offre ses hôtels, ses stations thermales, ses thalassos et ses spas, et des couchers de soleil inégalables. Vous pourrez contempler les pêcheries de coquillages et, sur le port d'O Grove, déguster d'excellents fruits de mer. Si vous visitez cet endroit début octobre, vous pourrez profiter de la fête des fruits de mer d'O Grove, qui a lieu depuis 1963.



Iles Cies. Parc national das Illas Atlánticas

Sur l'horizon atlantique, les îles qui constituent le Parc national das Illas Atlánticas. Du sud au nord : Cies, Ons, Sálvora et Cortegada. Toutes peuvent être visitées. Sur ces îles, la nature est unique et les plages et forêts extraordinaires. La forêt de laurier de Cortegada (face à O Carril) est la plus grande d'Europe, et la plage de Rodas, sur les Iles Cies, est considérée comme une des meilleures au monde. À Sálvora il y a des cerfs et des chevaux sauvages (grâce à l'usage historique de l'île comme réserve privée de chasse), et à Ons le pouipe est préparé d'une manière sans égale.



Île de Sálvora. Parque Nacional das Illas Atlánticas

Le tourisme actif et les sports d'aventure sont à l'honneur dans cet environnement. Ces dernières années, la Galice est devenue une référence à niveau national. De magnifiques routes de randonnée en bordure de mer, des circuits à cheval, vélo tout-terrain (VTT), tir à l'arc et à la sarbacane, kayak, parapente... Le plus pratique et le plus sûr est de prendre contact avec une entreprise spécialisée parmi celles qui apparaissent dans Turismo de Galicia, car elles vous guideront et vous indiqueront tout le nécessaire.

Et lors de votre première visite à la ville de Saint Jacques, vous n'avez sûrement pas pu pénétrer dans ce que nous pouvons appeler la « Compostelle secrète ». Parce qu'il y a une autre Saint Jacques à part la zone monumentale que vous avez visitée, la cuisine authentique et l'ambiance culturelle animée. C'est une nouvelle Saint Jacques connectée avec la nature et la détente que vous aurez peut-être devinée en contrebass, présidée par les rivières Sar et Sarela, et les montagnes qui les protègent.

Les nouvelles promenades le long de la rivière Sar – à l'est de la ville (dans la zone connue comme As Bañas do Sar) – s'ouvrent à vous et terminent avec la montée, à travers des sentiers, par la nouvelle Forêt de Galice et le Parc du Lac du Gaiás. Ce nouvel espace de 24 hectares se trouve sur un versant du Mont Gaiás, qui surplombe la Cité de la Culture.



Cité de la Culture, Saint Jacques de Compostelle

À l'ouest, à l'autre extrémité de Compostelle, le Mont Pedroso vous offre peut-être la meilleure vue de la ville millénaire. Vous pourrez y accéder en suivant un ancien chemin de croix qui passe à côté du grand parc connu comme A Granxa do Xesto. En contrebass, la rivière Sarela coule sinueuse entre de robustes murs en pierre d'anciennes tanneries, une industrie dont cette ville fut une puissance jusqu'à la fin du XIXe siècle.

## ROUTE DE LA MER D'AROUSA ET RIVIÈRE ULLA

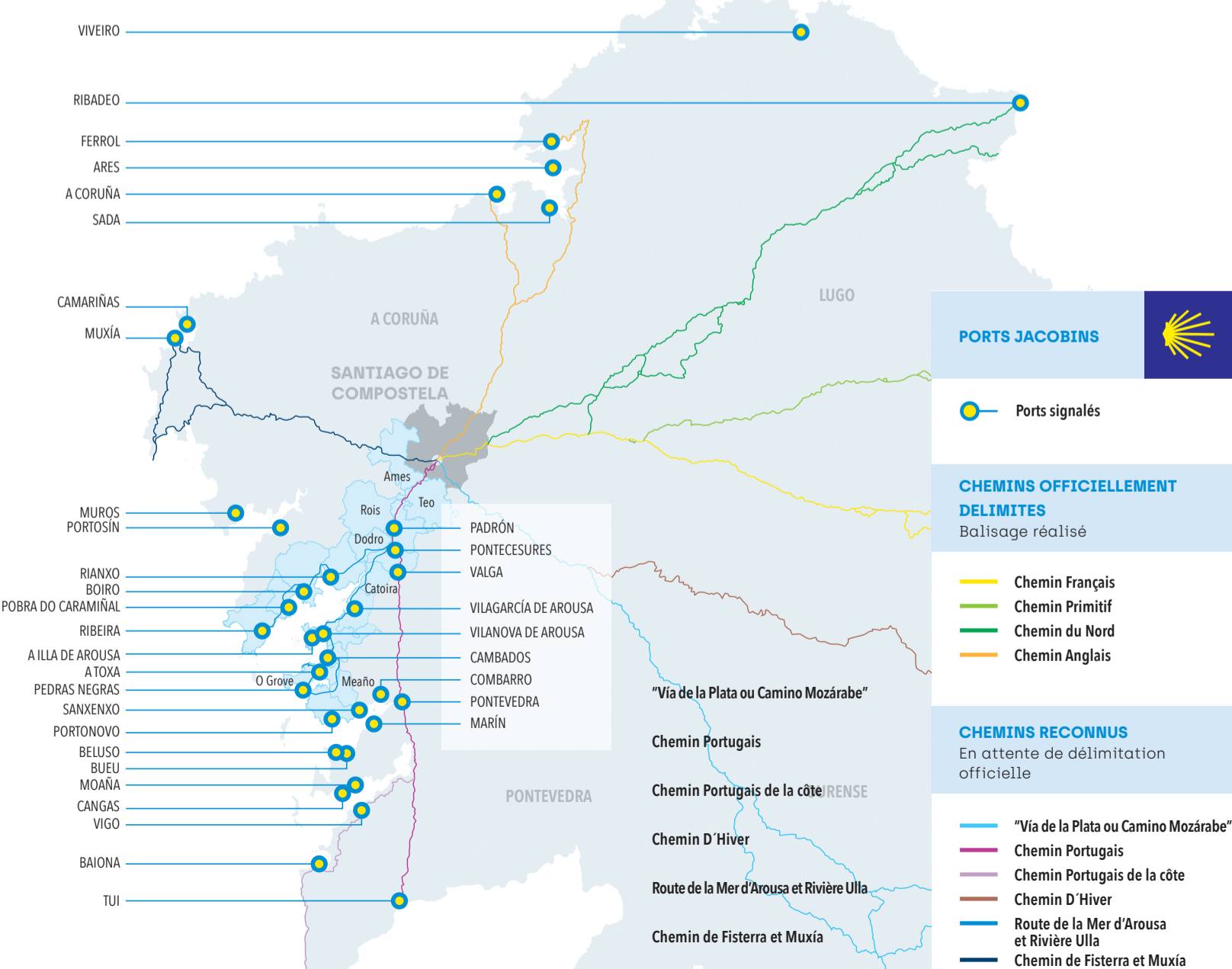
La route de la mer d'Arousa et de l'Ulla est un itinéraire maritime et fluvial singulier qui commémore l'arrivée en Galice, para la mer, du corps de l'apôtre saint Jacques, après son martyre à Jérusalem en l'an 44 environ. D'anciennes traditions chrétiennes et plusieurs textes médiévaux – le plus important étant le Codex Calixtinus – affirment que saint Jacques fut transporté depuis le port de Jaffa (en Palestine) à travers toute la Méditerranée et, en longeant la côte atlantique ibérique, jusqu'aux confins de l'occident, où il avait prêché l'Évangile. Ce fait est désigné sous le nom de *Translatio*.

Le corps de saint Jacques – accompagné de deux de ses disciples, Théodore et Athanase – pénétra dans la ria d'Arousa et remonta l'Ulla jusqu'à Padrón, le port fluvial de la ville romaine d'Iria Flavia, où la barque toucha terre. Il arriva sur une « barque de pierre » ce qui probablement fait référence à l'un de ses vaisseaux qui, à cette époque, transportaient du minerai de la Galice vers d'autres contrées de l'empire romain.

La route maritime et fluviale de la mer d'Arousa et de l'Ulla commémore ce fait chaque année. La célébration consiste à parcourir les derniers tronçons de ce voyage apostolique – ultime et initiatique à la fois –. Chaque été, une procession maritime et fluviale est organisée à laquelle participent des embarcations parées pour l'occasion et qui rassemblent un nombreux public provenant des différents ports de la ria d'Arousa à destination de Pontecesures et Padrón. La première remontée du fleuve a



## LES CHEMINS EN GALICE ET PORTS JACOBINS



eu lieu en 1965, grâce aux efforts et au dévouement de José Luis Sánchez-Agustino (1930-2010) et à la création de la Fundación Ruta Xacobeo do mar de Arousa e Ulla.

C'est à cette même époque que commença la pose de plusieurs cruceiros (calvaires) en des endroits stratégiques. Aujourd'hui, 17 œuvres d'art en pierre jalonnent la route et constituent le seul Chemin de Croix ou Via Crucis maritime au monde.

Au total, 22 communes appartenant aux provinces de Pontevedra et La Corogne font partie de la Fundación Ruta Xacobeo do mar de Arousa e Ulla. Elles vivent toutes sous l'égide de cet aimant protecteur qu'est cet océan miniature que nous appelons ria d'Arousa. Un territoire aux vastes paysages et aux longues plages, riche en histoire et en ethnographie qui a été le berceau ou la résidence de Valle-Inclán, Camilo José Cela, Rosalía de Castro, Daniel Rodríguez Castelao, Manuel Antonio ou encore les frères Camba. Ses deux coteaux plantés de vigne ont donné des crus à la renommée internationale comme l'Albariño. Et, pour finir, c'est une ria peuplée d'îles – Ons, Sálvora, Cortegada, A Toxa – qui émergent parmi les radeaux où l'on cultive des moules, des huîtres ou des coquilles Saint-Jacques.

## PLAN DE SAINT JACQUES DE COMPOSTELLE SITES JACOBÉES ->

- |  |  |   |
|--|--|---|
| 1 Cathédrale de Saint-Jacques de Compostelle   | 8 San Domingos de Bonaval  | 15 Église de Santa Susana   |
| 2 Hôpital Royal (aujourd'hui, Hostal dos Reis Católicos)                               | 9 Porte du Chemin (Porta do Camiño)  | 16 Église du Pilar  |
| 3 San Martiño Pinario  | 10 Église de Santa María do Camiño   | 17 Place Praza das Praterías et Musée des Pèlerinages et de Saint Jacques |
| 4 Présidence de l'USC (Université de Saint Jacques de Compostelle)                     | 11 Place Praza do Campo (aujourd'hui, de Cervantes) et église de San Bieito do Campo | 18 Santa Maria a Real de Sar  |
| 5 Pazo de Raxoi  | 12 Église de Santa Maria Salomé  | 19 Santa Maria de Conxo   |
| 6 Couvent de San Francisco et monument de Saint François d'Assisi, du sculpteur Asssey | 13 Porte de Mazarelos (Porta de Mazarelos)   | 20 Monte do Gozo  |
| 7 Église de San Francisco et lieu de l'ancien cimetière de pèlerins                    | 14 Fontaine de Saint Jacques, Ria do Franco  | 21 Chapelle de San Paio do Monte (O Pedroso)                              |
- Centre International d'Accueil au Pèlerin: Centre de Documentation et d'Information du Chemin  
 Information  
 Office du Pèlerin: 981 568 846



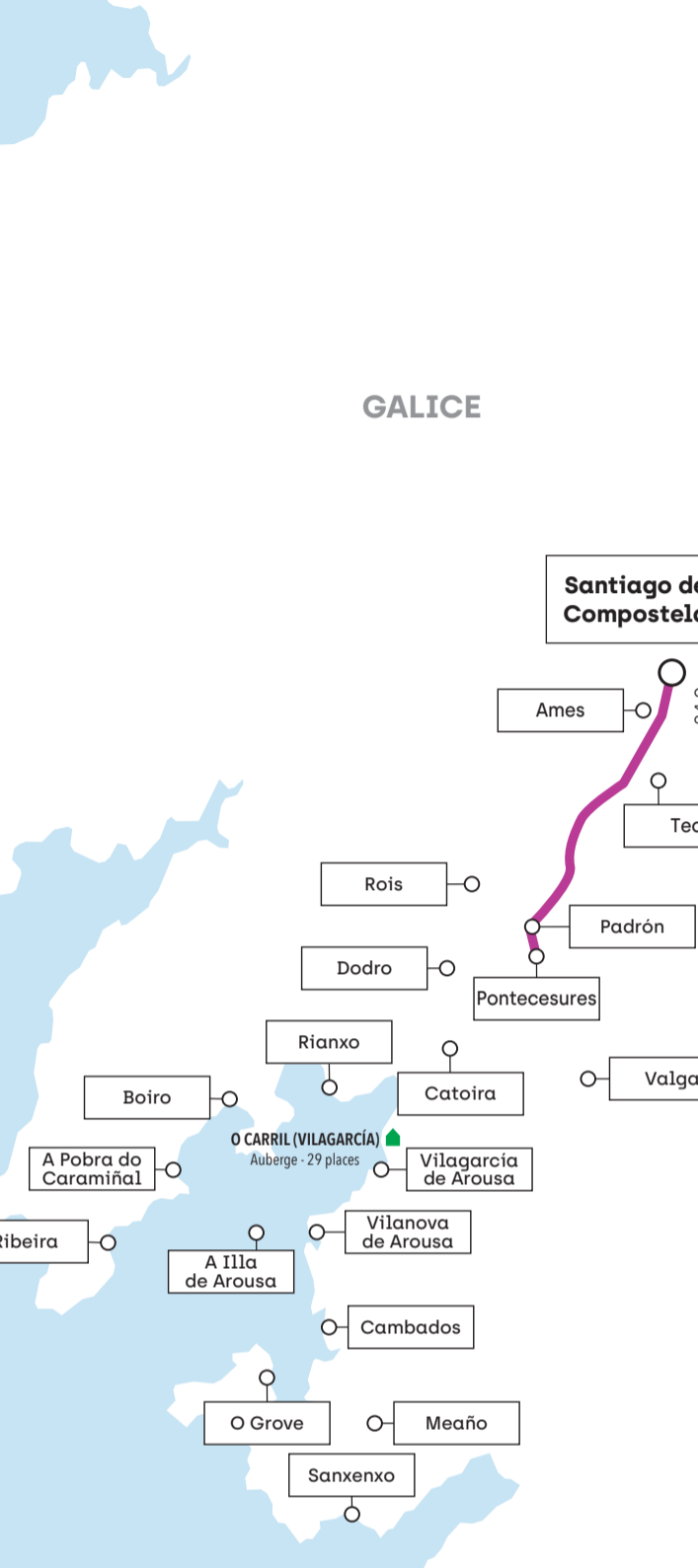
## CONSEILS UTILES POUR LES PÈLERINS

- ACCREDITATION DU PÈLERIN** - Il s'agit d'un document sur lequel sont apposés les sceaux des lieux de passage et qui permettra d'obtenir la « Compostela » (certificat délivré par la Mairie, attestant de la réalisation du pèlerinage pour des motifs religieux ou spirituels). Il convient de prouver avoir parcouru au moins les 100 derniers kilomètres à pied ou à cheval ; ou 200 km à vélo ; ou 100 milles nautiques en bateau et avoir parcouru à pied les derniers kilomètres du Chemin depuis le Monte do Gozo.
- CARTE DE SANTÉ** - Les pèlerins espagnols doivent toujours voyager avec la carte sanitaire.
- Si vous venez d'un autre pays membre de l'Union Européenne, nous vous recommandons de toujours avoir sur vous la carte européenne d'assurance maladie.
- Si vous venez d'un pays n'appartenant pas à l'Union Européenne, nous vous conseillons de vous renseigner afin de savoir s'il existe un accord entre l'Espagne et votre pays et de venir avec tous vos papiers en règle.
- PERSONNES HANDICAPÉES** - Outre les recommandations générales que doit suivre tout pèlerin, nous vous conseillons :
  - De vous renseigner sur les difficultés que peut rencontrer un pèlerin handicapé et sur les conditions d'accessibilité des différents services qui se trouvent sur le Chemin de Saint-Jacques (auberges, services hôteliers, etc.).
  - Faites très attention lorsque vous traversez les routes. Les personnes présentant un handicap visuel devront être accompagnées compte tenu des croisements, des déviations et des irrégularités du terrain.
- SI VOUS VOYAGEZ AVEC DES ANIMAUX** - Assurez-vous que les vaccins et le déparasitage de votre animal sont à jour et qu'ils figurent dans le livret sanitaire dont vous devez vous munir.
- Planifier et adapter la route et les étapes en fonction des hébergements permettant l'accès aux animaux.

## Avant d'entreprendre le pèlerinage

- Réaliser une préparation physique préalable et préparer les étapes en fonction de vos possibilités physiques, en dosant l'effort et en vous reposant en fonction de votre endurance.
- Une fois que vous vous serez mis en marche, n'allez pas trop vite les premiers jours et maintenez un rythme régulier.
- Prenez soin de vos pieds afin d'éviter les ampoules. Utilisez des chaussures confortables et usées (deux paires de préférence) ou une semelle en plastique épaisse et légère, les chaussettes devront être adaptées et transparentes (en coton de préférence), toujours propres, sèches et bien mises. À la fin de la journée, lavez-vous les pieds avec de l'eau et du savon et changez de chaussures.
- Utilisez des vêtements légers et larges, de couleur claire (réfléchissants), appropriés à l'époque de l'année.
- Utilisez un tissu imperméable léger afin de couvrir votre sac à dos.
- Protégez-vous la tête et les yeux, évitez les heures de grande chaleur et utilisez une crème solaire.
- Buvez de l'eau régulièrement mais assurez-vous qu'elle soit potable. Ne consommez pas l'eau des rivières, des fleuves, des sources ou des fontaines sans être sûrs de leur potabilité. Une consommation minimum de 2 litres d'eau par jour est recommandée afin d'éviter la déshydratation. La consommation de boissons isotoniques peut être bénéfique dans le cas d'un adulte sain.
- Les campements doivent être installés dans des endroits expressément prévus

## ROUTE DE LA MER D'AROUSA ET RIVIÈRE ULLA



À cet effet. Si vous faites du feu assurez-vous qu'il est complètement éteint avant de poursuivre votre chemin, RESPECTEZ L'ENVIRONNEMENT.

- Ne vous éloignez pas des sentiers marqués, évitez de marcher la nuit et respectez les normes de circulation. Si vous vous déplacez en vélo, nous vous rappelons que le port du casque et d'un gilet de haute visibilité est obligatoire.
- Marchez toujours sur le côté gauche de la route.
- Si vous êtes fatigué et que vous avez des crampes, reposez-vous dans un endroit frais et buvez beaucoup d'eau.
- Pour reprendre des forces durant le chemin, consommez des aliments très énergétiques (fruits secs, figues, chocolat, etc.).
- Votre sac à dos devra contenir un sac de couchage, un couteau suisse, une lampe de poche, un téléphone portable et une petite trousse à pharmacie.
- Votre trousse à pharmacie devra contenir de l'alcool, des compresses, du sparadrap en soie, de la Bétadine, des pansements, une crème solaire, une aiguille et un fil pour soigner les ampoules, une petite paire de ciseaux, de la vaseline, un produit anti-moustiques, un antihistaminique (en cas d'allergie) et de l'aspirine.