

SANXENXO Itinerario Arousa Sur

- El itinerario marítimo y fluvial comienza a la entrada de la ría de Arousa. Dejamos a nuestro estribor las Illas de Ons –que integran el Parque Nacional das Illas Atlánticas–, ubicadas fronte a la ría de Pontevedra y el litoral de Sanxenxo. Sanxenxo es el municipio emblemático en Galicia en turismo de sol y playa. En sus 36 km de costa cuenta con una veintena de areñais, la mitad de ellos con Bandera Azul, por lo que este asentamiento se sitúa a la cabeza de España en este tipo de distinciones. La playa de Silgar es la más populosa, el núcleo del veraneo de miles de gallegos y foráneos. En el otro extremo de Sanxenxo, A



Puerto y club náutico

QUÉ VER

Las **Illas de Ons**, a las que se puede acceder desde **Sanxenxo**: playas, senderismo y gastronomía—es famosa la preparación del pulpo—. Las **magníficas playas**—Áreas, Silgar, Canelas, Montalvo, Paxariñas, Major, Foxos...—. El **turismo náutico** —con más de 400 plazas de amarre en su puerto deportivo—. La **gastronomía** del mar, los delicados **vinos albariños** (D.O. Rías Baixas) como los de Padriñán. Y las **noches de verano** de Silgar y Portonovo. El **conjunto histórico tardoromano y medieval de A Lanzada**. Aquí *se celebra, el último domingo de agosto, la romería de A Vine* da Lanzada, que incluye "el baño de las nueve olas", un ancestral rito de fertilidad.

En 2010—, una torre de vigilancia—conocida como "La torre vikinga"—y una capilla románica del siglo XIII.

MEAÑO Itinerario Arousa Sur

- Si Sanxenxo representa el potencial y la belleza del litoral atlántico, Meaño nos regala —como una prolongación relajada tierra adentro— su paisaje rural, de fértiles cultivos (entre los que destaca la uva del vino Albariño) y su riqueza en piedra granítica. Con una población de unos 6.000 habitantes, Meaño exhibe su bella etnografía y arquitectura civil en *cruceiros*, hórreos —como el de Simes, en forma de "L"—, molinos de agua —más de 70 en todo el territorio—, o pazos como el de los Zárate o Lis, además del románico de sus templos, entre los que figura la iglesia de Simes.



Vistas desde Meaño

QUÉ VER

La **iglesia de Simes**, de origen románico. El **templo de San Xoán**, también románico—destacan los cancellos zoo-antropomorfos de su alero—. El **Pazo dos Zárate**, en Padrenda (s. XVI y XVII), y el **Pazo de Lis**, barroco—alberga el Museo da muller labrega—. La **Ruta dos muíños**, de senderismo por los molinos de agua. Cada julio, Meaño exalta sus vinos albariños en el **Encuentro de viños de autor**. En toda la comarca de O Salnés se han trazado *varias rutas do viño*. Las **vistas de la ría de Arousa** desde alguno de los miradores como San Cibrán de Covas, Chan de Lores o Monte Castrove.

Junto a toda esta demostración de arte, los viñedos desplegados por sus laderas llegan a ser también verdaderas creaciones artísticas: son los famosos albariños—de la Denominación de Orixe Rías Baixas— que personalizan toda esta comarca de O Salnés: vinos blancos aromáticos, afutados y jóvenes que han obtenido prestigio mundial. Meaño es un municipio tranquilo. Su selecta oferta de turismo rural complementa el bullicio multicolor procedente de la costa cercana.

O GROVE Itinerario Arousa Sur

- El municipio de O Grove arranca en la punta de San Vicente, a la entrada de la ría por estribo. Su pofo extremo se sitúa en A Illa da Toxa, recogida al este, en el interior de ese océano en miniatura que conforma la gran ría de Arousa. La península de San Vicente nos ha regalado la representación iconográfica más antigua de la Translación del cuerpo del apóstol Santiago. Se trata de una moneda de la ceta compostelana correspondiente al reinado de Fernando II de León (1157-1188) que fue encontrada en las excavaciones arqueológicas de Adro Vello, en la playa de O Carreiro. La moneda, de plata y cobre —expuesta hoy



Playa de A Lanzada

QUÉ VER

La **playa de A Lanzada**, cerca de 3 km de arenal a mar abierto y con un magnífico paseo de madera. Las **rutas de senderismo**: subida al **Monte Siradella**—mirador y Aula da Natureza—, hasta **Con Negro**—con espectaculares formaciones rocosas al borde del mar— o a la **Lagoa A Bodeira**—interesante reserva ornitológica—. Las excavaciones arqueológicas de **Adro Vello**, en la playa de O Carreiro (San Vicente), restos de una villa romana, una iglesia del s. VII y una necrópolis. **A Illa da Toxa**, uno de los enclaves turísticos más conocidos de Galicia. El **Acuario de O Grove**. La **Festa do Marisco**, cada octubre desde 1963.

En Santiago, en el Museo das Peregrinacións—muestra en su reverso el cuerpo yacente del apóstol, acompañado por sus dos discípulos y descansando en el interior de una nave. Entre la punta San Vicente y A Illa da Toxa, O Grove ofrece un litoral con magníficas playas de arena blanca o dorada, genuinos espacios naturales con bosques de pino silvestre y atractivas rutas de senderismo, y una rica oferta gastronómica con el marisco como gran reclamo.



Pazo de Fefiñáns

QUÉ VER

La **praza de Fefiñáns** (s. XVII), conjunto formado por un gran pazo urbano, un caserío de viviendas y el templo parroquial de San Bieito. La villa marinera de **San Tomé do Mar**. En ella se encuentra el **pazo barroco de Montesacro**. Las ruinas románicas del templo de **Santa Mariña Dozo** (1530) con su nave de cuatro arcos. La **Casa-Museo** del poeta **Ramón Cabanillas**. El **Museo Etnográfico e do Viño**. Cambarón organiza, cada agosto desde 1952, la **Festa do Albariño**. Declarada de Interés Turístico Internacional, es la segunda más antigua de España después de la de Jerez (1948).

Cambados es también la patria de muchos gallegos ilustres, como el poeta Ramón Cabanillas, que versó "Galicia! Nai e Señora, sempre garimosa e forte!", los escultores Francisco Asorey o Francisco Leiro, o el político y escritor del s. XIX Pedro Pablo Bazán de Mendoza. Asimismo, tuvieron aquí residencia escritores como Emilia Pardo Bazán o Valle-Inclán, o el teórico del Regionalismo Alfredo Brañas.

Los pazos o casas señoriales principalmente de los siglos XVII y XVIII han dejado también aquí ejemplos admirables como el citado pazo de Bazán, el pazo de Ulloa o el de Montesacro.

VILAGARCÍA DE AROUSA Itinerario Arousa Sur

- Vilagarcía, la "Perla de Arousa", fue fundada a mediados del siglo XV en una pequeña ensenada dominada por los montes Xabre y Lobeira. En este último existió una fortaleza medieval que tuvo gran protagonismo en la época del arzobispo de Santiago Diego Gelmírez al servirle de ella, en varias ocasiones, la reina doña Urraca. Hoy, Vilagarcía cuenta con una población de unos 35.000 habitantes, es una ciudad dinámica, turística y centro neurálgico de la comarca de O Salnés.

Desde su animada zona portuaria discurre un paseo marítimo de algo más de dos kilómetros que une el centro con la villa de O Carril, paralelo a las playas de A Concha y Compostela. O Carril es famoso por la calidad y preparación del más famoso de sus mariscos: las almejas. Frente a este pueblo marítimo, a apenas 200 metros de la costa, se alza la Illa de Cortegada, perteneciente al Parque Nacional



Pazo-convento de Vista Alegre

QUÉ VER

La **iglesia de San Martiño de Sobrán** (Vilaxoán), románica del s. XII, de nave única y con una hermosa fachada. La **iglesia de Santiago de O Carril** (s. XIV-XVII), situada frente a la Illa de Cortegada. El **pazo-convento de Vista Alegre**, barroco (s. XVII), y la **iglesia de Santa Baia de Arealonga**, también barroco. El **pazo fluvial del río Con**. Tres magníficos miradores: el **monte Meda**—desde donde se contempla el tramo final del río Ulla e incluso las Torres de Oeste (Catoira)—, el **monte Xabre** (413 m)—con amplia panorámica de la ría de Arousa— y el **monte Lobeira** (292 m)— cuyo mirador pertenece al municipio de Vilanova—.

A ILLA DE AROUSA Itinerario Arousa Sur

- Situada en el medio del mar de Arousa, es—con sus 7 km de largo por 2,5 de ancho y 36 km de costa—la mayor de las islas de la ría. Su litoral es rocoso y bajo, dibujado con pequeñas calas y playas resguardadas, perfectas para el baño sobre todo con la marea alta. Enlaza con el continente por medio de un largo puente de casi dos kilómetros, inaugurado en 1985. Hasta esa fecha, el paso a A Illa se hacía en barcas que partían del puerto de Vilanova de Arousa. Esta circunstancia de aislamiento secular ha permitido conservar aquí una naturaleza única. Es el caso del parque natural de Cateirón, en el extremo sur.



A Illa de Arousa

QUÉ VER

El **Parque Natural de Carreirón**. Playas de arena blanca y fina y aguas tranquilas como las de Conserrado, Xastelas, Camaxe o Lavanqueira, entre otras. Los "**cons**", peculiares rocas graníticas que han adoptado formas inverosímiles: la **Ruta dos Cons** recorre toda A Illa. La **subida a "O Santo"**, la parte más alta de A Illa, donde se alza la escultura del Corazón de Xesús (instalada en 1962). El **Porto do Xufré**. La **iglesia parroquial de San Xulián**, neoclásica (s. XIX), construida con los restos de una antigua torre defensiva. La **Festa do Mexillón**, el primer domingo de agosto, y la **Festa do Polbo**, el cefalópodo que se exalta el primer domingo de septiembre.

una península unida a A Illa por el túmulo de As Salinas. Está catalogado como zona de especial protección para las aves por las poblaciones de garza real, entre otras. La vegetación dunar y los bosques de pinos se dan la mano creando un paisaje realmente valioso. A Illa de Arousa presume, además, de preparar uno de los mejores pulpos: *á feira* de Galicia. Sus habitantes llevan siglos pescando este cefalópodo.

VILANOVA DE AROUSA Itinerario Arousa Sur

Vilanova es el municipio natal del escritor Ramón María del Valle-Inclán. Aquí nació, en la Casa do Cuadrante —hoy Casa-Museo— un 28 de octubre de 1866. Este fue el inspirador lugar donde el célebre dramaturgo afirmó escuchar "las historias de santos, almos en pena, duendes y ladrones" que le contaba "una doncella muy vieja que se llamaba Micaela la Galana". También Vilanova es la cuna de los hermanos—escritores y periodistas— Julio y Francisco Camba. Por la villa se han trazado los itinerarios literarios y vitales de Valle-Inclán y los hermanos Camba, que nos permiten descubrir el origen de su universo creativo. El municipio se extiende por el borde marítimo de la ría, el conocido como "Mar de Arousa". Cuenta con una estación litoral de 20 km enriquecido por playas con enorme encanto, de arenas finas y rocas dibujadas por el tiempo, los vientos y el mar. Dos de las más conocidas son As Sinas y O Terrón, muy concurridas en el tiempo de verano. Est también en el estío cuando se concentran las fiestas y romerías más populares.



Casco Viejo

QUÉ VER

La **Casa-Museo Valle-Inclán**, ubicada en la Casa do Cuadrante, donde nació el considerado como inventor del esperpento, en el casco histórico de la villa. La **Casa-Museo Irmáns Camba**, ubicada en el barrio histórico de Vilaamor. **Playas** como la de As Sinas o la de O Terrón. La **iglesia de Santa María de Caleiro**, de origen románico. El **pazo de Rúa Nova**. La **torre de Cálago**, restos de un antiguo monasterio documentado ya en el siglo IX. El **monte Lobeira** (292 m), cuyo mirador está construido sobre una antigua fortaleza, y donde también se han descubierto edificaciones prehistóricas.

gen de su universo creativo. El municipio se extiende por el borde marítimo de la ría, el conocido como "Mar de Arousa". Cuenta con una estación litoral de 20 km enriquecido por playas con enorme encanto, de arenas finas y rocas dibujadas por el tiempo, los vientos y el mar. Dos de las más conocidas son As Sinas y O Terrón, muy concurridas en el tiempo de verano. Est también en el estío cuando se concentran las fiestas y romerías más populares.



Torres de Oeste

QUÉ VER

Las **Torres de Oeste** (ss. IX-XII), restos de la gran fortaleza medieval, al pie del río Ulla, declaradas Monumento Nacional. Junto a ellas, la capilla del castillo, de origen románico (s. XII), dedicada al apóstol Santiago. La **Romaría Vikinga**, que se celebra desde 1960 al pie de las torres el primer domingo de agosto. Está declarada de Interés Turístico Internacional. Convoa a miles de personas para presenciar el desembarco de los "vikings". A mediados de julio se celebra la **Festa da Solla**, con este pescado como protagonista gastronómico.

Torres de Oeste cobraron relevancia en época del arzobispo de Santiago Diego Gelmírez, pues era el lugar donde se refugiaba la mitra compostelana. Estas fortificaciones eran consideradas como "llave y sello de Galicia". En la zona estaban los astilleros y la pequeña flota de guerra—la primera de la España cristiana— que Gelmírez armó contra los piratas almorávidas.



Molino de viento

QUÉ VER

La **iglesia románica de Santa María de Xanza** (reformada en los ss. XVII-XVIII). En las proximidades de la **capilla de Os Martores** (posible derivación popular de "martíres") existe una **necrópolis** (lugar de enterramiento) que dardoromana o altomedieval donde se ha especulado que podrían estar sepultados el obispo **Priciliano** y sus discípulos, cuerpos que fueron trasladados a Galicia desde Tréveris (Alemania) en el siglo IV. El **petroglifo de Camporredondo** (parroquia de San Miguel de Valga). La **playa fluvial de Vilareilo** (Cordeiro). Las **fervenzas** (cascadas o rápidos) del **rio Valga**.

famosas de la Belle Époque parisina. En el centro urbano del Concello, un frondoso y acogedor parque lleva su nombre. También Xesús Ferro Couselo (1906-1975)—investigador y ensayista a quien en 1996 se le dedicó el Día das Letras Galegas— es oriundo de Valga, al igual que Manuel Magariños Castaños, fundador en 1906 de *El diario español* de Uruguay.

PONTECESURES Itinerario Arousa Sur

- La estratégica situación de Pontecesures, próxima a la ciudad romana de Iria Flavia, determinó la construcción de un gran puente de piedra en el siglo I, reconstruido luego en el XII y muy reformado en época moderna. Infraestructura que lleva, no obstante, dos milenios cumpliendo su función. Al parecer, el topónimo de Pontecesures puede proceder de "censuris", es decir, donde se hacían los empareдамientos romanos. El puerto de Pontecesures tuvo gran relevancia histórica. En el s. XII Gelmírez crearía un astillero jacobeo para construir naves de combate contra los piratas. Además, entre los siglos XV y XVIII este Camino Portugués.



Puente romano

QUÉ VER

La **iglesia de San Xulián de Requeixo**, fundada por Diego Gelmírez en 1116. ***Cruceiros*** como el de **San Xulián** (s. XIV)—que perteneció al conjunto de capilla y hospital de leprosos de San Lázaro—, Carreiras (s. XVIII) o Porto. El **pazo y cruceiro da Cova** (s. XVIII). El edificio del **alfofí de la renta de tabacos** (s. XVIII), de planta cuadrada y dos plantas, con enorme escudo borbónico. El **conjunto de O Caldeirón**, en el barrio marítimo de O Porto. La **romería de San Lázaro** (Domingo de Pasión) data del s. XIV y es de las más antiguas de Galicia. Entre marzo y abril se celebra la **fiesta gastronómica de la Lamprea**.

RIBEIRA Itinerario Arousa Norte

- Por el norte de la ría, Ribeira y su Illa de Sálvora son el pórtico de la ruta marítimo-fluvial a Compostela. A los atractivos naturales y monumentales, suma Ribeira un potente puerto pesquero, líder en España en bajaia. De su lonja sale mercancía a diario para toda Europa. El litoral regala magníficas playas como las de Río Azor, Coroso, O Castro o A Furna. Espectáculos naturales como el entorno de Corrubedo y su complejo dunar. Y miradores que nos regalan la panorámica de la gran ría: San Roque, Pedra da Ra o Monte Facho, entre otros.



Puerto

QUÉ VER

El legado prehistórico también nos ofrece valiosos testimonios en forma de monumentos megalíticos —presididos por el impresionante dolmen de Axeitos—, o castros como el de A Cidá. E incluso los restos, en Aguiño, de un posible puerto de origen fenicio. Cada verano Ribeira celebra sus fiestas patronales —el 12 de septiembre—. A Festa da Dorna—24 de julio— o A Festa do Percebe, en Aguiño. Los restaurantes del lugar preparan con esmero y brillante resultado los excelentes productos del mar.

Entre los pazos destacados figura la Torre Bermúdez, que acoge el Museo Valle-Inclán. En él se muestran diferentes objetos relacionados con la vida del ilustre escritor, que afirmó haber nacido en un barco en plena ría de Arousa, entre Vilanova y A Pobra. En esta villa vivió, en cualquier caso, varios años y la immortalizó en su obra como "Viana del Prior". A Pobra es hoy además un atractivo municipio con animadas playas en julio y agosto, rutas naturales por la Serra de O Barbanza o literarias siguiendo los pasos del Inmortal dramaturgo.



Torre de Xunqueiras

QUÉ VER

A Pobra do Caramiñal es una de las villas mejor conservadas de la ría de Arousa. Posee un cuantioso tesoro histórico-artístico configurado por iglesias y pazos de gran interés. En el actual escudo se muestra además su impronta jacobea: una embarcación que navega bajo dos conchas de vieira. El municipio es el resultado de la fusión, en el siglo XIX, de dos núcleos: A Pobra do Deán y la villa de O Caramiñal. Por aquellos días, la industria conservera local—en manos de industriales catalanes— vivía su máximo esplendor.



Punta de O Chazo

QUÉ VER

El **Castro de Neixón** (s. I), uno de los principales yacimientos arqueológicos prerromanos de la ría. Las **iglesias románicas de Pazo de Abanqueiro**. Las **Torres y Pazo de Goiaíns**. El **mirador de A Curota** (498 m). Las **piscinas naturales del río Pedras**. **Playas** como la de Cabío. La **procesión del Nazareno** o de "**As Mortallas**", que se celebra el tercer domingo de septiembre: aquellos que estuvieron rozando la muerte ofrecen a Jesús cirios y féteros que sacan en procesión.



Puerto

QUÉ VER

En la Plaza de Rafael Dieste, el **Pazo de Martelo** (s. XIV), el **cruceiro barroco** y la **iglesia de Santa Comba** (s. XV y XVIII). El santuario de **A Nosa Señora de Guadalupe** (s. XVI). La iglesia de **Santa María de Leiro** (s. XVII). En este lugar se encontró el célebre casco de Leiro, pieza de oro del s. VI a. C. (hoy, en el Museo do Castelo de Santo Antón, en A Coruña). En la **Rúa de Abaixo**, las casas nateñas de **Daniel R. Castañel** (1886-1950), **Manuel Antón** (1900-1930) y **Rafael Dieste** (1899-1981). **Los poblados castreños de O Castrinho y As Cercas**. El **Museo do Mar** y el **Aula do Mar**. El **Paseo de Tanxil**. El **Hórreo de O Araújo**, el más largo de Galicia (36 m).

se despliegan las bateas donde se cultiva el mejillón y, en su puerto, la lonja subasta la riqueza capturada por la flota de la villa. Tierra adentro, los cultivos agrarios completan ese doble atractivo natural del municipio. La Virgen de Guadalupe preside las fiestas más importantes de Rianxo, celebradas cada septiembre, y en las que destaca una devota y colorista procesión marítima por la ría.

todo el territorio municipal, se alzan bellas muestras de arquitectura popular en forma de *cruceiros* —algunos con pequeña capilla incorporada en su fuste—, *pombais* (palomares), molinos o fuentes. Rosalía de Castro immortalizó los paisajes de Dodro en versos como los siguientes:

«Como chove miudiño, / como miudiño chove; / como chove miudiño / pola banda de Laiño, / pola banda de Lestrove».



Pazo de Lestrove

QUÉ VER

La **iglesia parroquial de Santa María**, barroca, construida en 1719 por el arquitecto compostelano Simón Rodríguez; veinte años después realizaría su magnífico retablo mayor. El **Pazo de Lestrove** (s. XIV-XVIII), mansión de descanso de los arzobispos compostelanos desde el s. XVI, y el **Pazo de Herminia** (s. XVII), donde la escritora Rosalía de Castro vivió varias temporadas. Este pazo fue también escenario, en 1930, del "Pacto de Lestrove" de donde surgiera la Federación Republicana Galega. Los **hórreos de Lestrove e Imo**. Los ***cruceiros*** como **A Cruz do Abellán**, Bustelo, Revixiós, Imo, etc. El **estuario do río Ulla**, interesante en invierno por su fauna.

PADRÓN Itinerario de Padrón a Santiago

- Padrón, cuna de la tradición jacobea, villa hermosa y monumental, se asienta en una amplia vega entre los ríos Ulla y Sar. Su nombre parece proceder del "Pedrón", un ara romana dedicada a Neptuno que la tradición vincula con el lugar de amarre de la barca apostólica —la *Barca de Pedra*— que hoy se custodia en la iglesia de Santiago. El Padrón monumental nos regala múltiples muestras de su belleza. Pero también seduce el Padrón paisajístico, que nos invita por ejemplo a caminar por el curso del río Sar hasta su desembocadura en el Ulla. O subir al santuario de O



Casa Museo de Rosalía de Castro

QUÉ VER

El antiguo puerto de Padrón, originario del s. XII: según la tradición, hasta aquí llegó desde Jaffa (Palestina) el cuerpo del Apóstol. El **paseo fluvial de O Espolón** (s. XIX). La **iglesia de Santiago**, que guarda **O Pedrón**. La **Fonte do Carme** (s. XVIII). La **Casa Museo de Rosalía de Castro**. La **iglesia de Santa María de Herbón**, románica. En **Iria Flavia**, la **Fundación Camilo José Cela**. Frente a ella, la **colegiata de Santa María de Iria**. Contigua a la colegiata, el **cementerio de Adina**, donde está enterrado Cela y que conserva una necrópolis sueva (s. VI). El **santuario de A Escravitude** (ss. XVII-XVII). En **Carcacia** elaboran cada año una **tortilla gigante** con miles de huevos.

Santiagoño do Monte por medio de un Vía Crucis de 125 peldaños. Y también gozar con el jardín botánico (s. XIX). El Padrón "extramuros" o rural se extiende, por su parte, hacia Iria Flavia—que fue ciudad romana, sede episcopal hasta el s. XI y donde hoy se ubica la Fundación Camilo José Cela—, al esbelto santuario de A Escravitude. También hacia Herbón—donde crecen los famosos pimientos— o rumbo a la Matanza —la casa de Rosalía de Castro—, o a Carcacia—patria del poeta medieval Maciás o Namorado—.

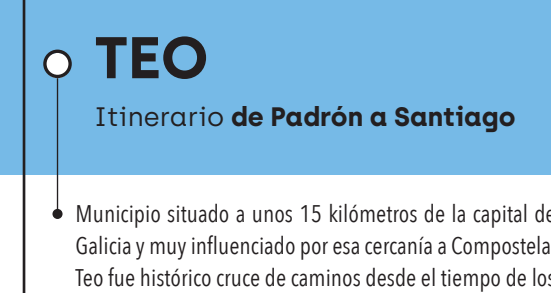


Pazo de O Faramello

QUÉ VER

El **pazo de O Faramello** (Ribasar), construido en 1727, fue sede de la primera fábrica de papel de Galicia, hoy desaparecida. El **pazo de Antequerín** (Oín), del s. XVII, con interesante capilla en honor a san Juan Nepomuceno (popular santo checo del s. XIV) y jardines. La **iglesia de Leroño**, con nave románica (s. XII). La **iglesia de San Miguel de Costa** (origen románico). ***Cruceiros*** como el de **Vilariño**, que representa el momento del descenso de Jesús de la Cruz. El **yacimiento arqueológico de Castro Lupario** (Ribasar), aldea prerromana fortificada. El **Via Crucis de Sorribas** (s. XVII), al lado de la iglesia.

y murallas. Aquí vivió, según la tradición, la reina Lupa, a quien los discípulos de Santiago le habrían solicitado un lugar para enterrar al apóstol. Ríos cuenta además con una variada riqueza etnográfica y monumental: pazos, hórreos, sus numerosos *cruceiros*, o sus interesantes iglesias barrocas, algunas con elementos románicos.



Puente en Rúa de Francos

QUÉ VER

Municipio situado a unos 15 kilómetros de la capital de Galicia y muy influenciado por esa cercanía a Compostela. Teo fue histórico cruce de rúas desde el tiempo de los romanos. Por el puente de Rúa de Francos, por ejemplo, pasaba la antigua calzada medieval de Padrón a Santiago. El río Ulla deja a su paso por estas tierras paisajes memorables y zonas propicias para la pesca. Al igual que muchos otros municipios de la zona, Teo sobresale además por la riqueza etnográfica, como los petos de animas, diseminados por todo el territorio, o los *cruceiros* —entre los que destaca el de Francos, uno de los más antiguos de

Galicia—. En el escudo de Teo aparecen dos sables cruzados sobre un puente. Recuerdan la célebre batalla de Caicheiros, que tuvo lugar en esta parroquia el 23 de abril de 1846, símbolo de la lucha de los liberales —el comandante Solís en alianza con los recién nacidos galleguistas— contra la dictadura del general Narváez. Este tuvo que dimitir, pero Solís y once de sus oficiales serían fusilados tres días después en Carral.



A Ponte Maceira

tiene en A Ponte Maceira su lugar más destacado. En la aldea de Ortoño vivió sus primeros años Rosalía de Castro. En 1923 un grupo de galleguistas fundaría en la conocida como Casa de Rosalía, el Seminario de Estudos Galegos, una institución en defensa de la cultura gallega. Ames sorprende por su riqueza etnográfica y natural, y por el dinamismo socio-económico que contagia su cercanía a Santiago.



Fachada de As Praterías

QUÉ VER

ESP

XUNTA DE GALICIA

Los caminos de Santiago en Galicia

Y RÍO ULLA

ARÓUSA

MAR DE

RUTA DEL

Xacobeo 2027

GALICIA CALIDADE

📞

Teléfonos de Emergencias

061 (Galicia)

112 (Nacional)

085 (Incendios forestales Galicia)

🔍

www.caminodesantiago.gal

App “Camino Santiago”

(Disponible en Google Play y App Store)

Diseño: Diseños - © L.C. 1993-2026 - Periodista: Padraín ©Jaquín González-Domé

MÁS ALLÁ DEL CAMINO...

RUTA DEL MAR DE AROUSA Y RÍO ULLA ->

Has llegado a Compostela. Guarda ahora las botas de tu peregrinación y conviértete en una persona viajera, curiosa, sensible y activa. Vuelve sobre tus pasos. Todo lo que no pudiste ver o disfrutar en tu ruta te espera. Se abren ante tí otros caminos igual de seductores. Mira las sugerencias que te hemos preparado.

Vineños de la Denominación de Origen Rias Baixas

En Galicia el vino suma cultura y arte. La **Denominación de Origen Rias Baixas**, donde se encuentran las raíces del albariño, se extiende por toda la comarca de O Salnés (provincia de Pontevedra). Cambados, al atardecer, invita al sosiego, a degustar sus caldos y a recorrer sus pazos y casas señoriales, como el **pazo de Bazán** –Parador Nacional de Turismo–, o el **pazo de Fefiñáns**, con la bodega más antigua del lugar. Estamos en una comarca donde visitar con pausa bodegas, monumentos, playas y bosques, porque todos ellos son aquí protagonistas.

Muy cerca de Cambados se encuentra el monasterio de **Santa María de Armenteira**, del **siglo XII**, considerado la catedral de O Salnés. Precisamente, por el río Armenteira discurre una magnífica ruta de senderismo de 14 km (ida y vuelta) llamada **“Ruta da pedra e da auga”**: paisajes fluviales, genuinos molinos, bosque de ribera..., en un entorno cautivador. Otras rutas, como las de los **molinos del río Chanca**, también nos van a transportar a la naturaleza más fluvial y típica de Galicia.

Pazo de Rubiáns, Vilagarcía de Arousa

Y de una ruta gastronómica, a una monumental y botánica a un tiempo: la **Ruta de la Camelia**, esa flor de invierno originaria de China y Japón pero que en Galicia ha encontrado un acomodo excelente en los aristocráticos jardines de los pazos gallegos: el **pazo de Rubiáns**, en Vilagarcía de Arousa; el mencionado **pazo de Bazán**, de Cambados; el **Pazo de Oca**, en A Estrada (conocido como el “Versalles gallego”); o el de **Santa Cruz de Ribadulla** (en Vedra, con ejemplares gigantes de camelia –cuatro magníficos–, entre otros).

Pazo de Oca, A Estrada

Pazo de Santa Cruz de Ribadulla, Vedra

Y el océano aguarda dibujado en docenas de playas que culminan en la península de O Grove, rodeada de atractivos arenales. Unida a tierra por la **playa de Lanzada**, un gran arenal con restos romanos y suevos, y una hermosa ermita del **siglo XII**. La península está comunicada, también, a través de un bello puente de inspiración modernista, con su isla más reconocida, A Toxa, situada en plena ría de Arousa. Nos brinda la exclusividad de sus hoteles, balnearios, talasos o spas, y unas inmejorables puestas de sol. Podemos contemplar a las mariscadoras y, en el puerto cercano de **O Grove**, degustar exquisitos mariscos. Si nos coincide visitar este lugar los primeros días de octubre disfrutaremos de una animadísima e histórica Festa do Marisco do Grove, que se celebra desde 1963.

Ilhas Cies. Parque Nacional das Ilhas Atlánticas

En el horizonte atlántico emergen las islas que conforman el **Parque Nacional das Ilhas Atlánticas**. De sur a norte: Cíes, Ons, Sálvora y Cortegada. Todas ellas son visitables. Su naturaleza es única, y sus playas y bosques, extraordinarios. El **bosque de laurel de Cortegada** (frente a O Carril) es el mayor de Europa, y la **playa de Rodas**, en las Cíes, está considerada como una de las mejores del mundo. En **Sálvora** hay ciervos y caballos en estado salvaje (debido al uso histórico de la isla como coto privado de caza), y en **Ons** se prepara y degusta el pulpo de una manera única.

Illa de Sálvora. Parque Nacional das Ilhas Atlánticas

El **turismo activo** o los deportes de aventura tienen un lugar propio en todo este entorno. **Galicia se ha convertido en estos años en todo un referente a nivel estatal**. Desde impresionantes rutas de senderismo que van bordeando el mar, rutas a caballo, bicicleta todo terreno (BTT), tiro con arco y cerbatana, kayak, parapente... Lo más práctico y seguro es contactar con alguna de las empresas especializadas que aparecen registradas en Turismo de Galicia, pues ellas nos guiarán e indicarán todo lo necesario.

Y en nuestra primera visita a la ciudad de Santiago seguro que no hemos podido penetrar en la que podemos llamar **“Compostela secreta”**. Porque hay otro **Santiago** más allá de la zona monumental única que hemos disfrutado, de la genuina gastronomía o del animado ambiente cultural. Es un nuevo Santiago conectado con la naturaleza y el relax que habremos quizás intuido ciudad abajo, presidido por sus **poéticos ríos Sar y Sarela**, y los suaves montes que los protegen.

Los nuevos paseos por el río Sar –al este de la ciudad (en la zona conocida como **As Brañas do Sar**)– se abren ante nosotros y culminan con la subida, a través de sendas, por el nuevo **Bosque de Galicia** y el **Parque do Lago del Gaiás**. Este espacio de 24 ha crece en la ladera del monte Gaiás, que preside la **Cidade da Cultura**.

Cidade da Cultura, Santiago de Compostela

Al oeste, en el otro extremo de Compostela, el **monte Pedroso** nos brinda quizás la mejor panorámica de la ciudad milenaria. A él podemos acceder siguiendo un antiguo **viacrucis** que pasa al lado del gran parque conocido como **A Granxa do Xesto**. Y en su base, el **rio Sarela** marcha sinuoso entre robustos muros de piedra de antiguas fábricas de pieles o curtidurías, industria en la que esta ciudad fue toda una potencia hasta finales del **siglo XIX**.

RUTA DEL MAR DE AROUSA Y RÍO ULLA

La ruta del mar de Arousa y río Ulla es un singular itinerario marítimo y fluvial que conmemora la llegada a Galicia, por mar, del cuerpo del apóstol Santiago, tras su martirio en Jerusalén alrededor del año 44. Antiguas tradiciones cristianas y varios textos medievales –el más importante de ellos, el Libro III del **Códice Calixtino**– aseguran que Santiago fue trasladado desde el puerto de Jaffa –en Palestina– a través de todo el Mediterráneo y la costa atlántica ibérica, hasta los confines de Occidente, donde había predicado el evangelio. Es la conocida como **Translatio**.

El cuerpo de Santiago –acompañado por sus discípulos Teodoro y Atanasio– penetró por la ría de Arousa y remontó el río Ulla hasta arribar en Padrón, el puerto fluvial de la ciudad romana de Iria Flavia. Llegó sobre una **Barca de Pedra**, en probable referencia a una de las naves que, por aquella época, transportaban minerales desde Galicia a otros lugares del Imperio romano.

La ruta marítimo-fluvial del mar de Arousa y el río Ulla conmemora cada año este hecho. Y lo hace siguiendo los últimos tramos de aquel iniciático –y, al mismo tiempo, postre– viaje apostólico. Cada verano se organiza una vistosa procesión marítimo-fluvial con varias embarcaciones engalanadas y con gran participación de público procedente de distintos puertos de la ría de Arousa y con destino a Pontevedra y Padrón. El primer remonte se celebró en 1965, gracias al impulso y dedica-

LOS CAMINOS EN GALICIA Y PUERTOS JACOBEOS

PUERTOS JACOBEOS

● Puertos señalados

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 Muxia

PUERTOS SEÑALADOS: VIVEIRO, RIBADEO, FERROL, ARES, A CORUÑA, SADA, CAMARIÑAS, MUXIA, MUROS PORTOSÍN, RIANXO, BOIRO, A POBRA DO CARAMIÑAL, RIBEIRA, A ILLA DE AROUSA, A TOXA, PEDRAS NEGRAS, SANXENXO, PORTONOVO, BELLUS, BUEU, MOAÑA, CANGAS, VIGO, BAIONA, TUI.

PUERTOS SEÑALADOS: ROLIS, TEO, PADRÓN, PONTECESURES, VALGA, VILAGARCÍA DE AROUSA, VILANOVA DE AROUSA, CAMBADOS, COMBARRO, PONTEVEDRA, MARÍN.

PLANO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA LUGARES JACOBEOS ->

1 Catedral de Santiago de Compostela
2 Hospital Real (hoy, Hostal dos Reis Católicos)
3 San Martín Pinario
4 Rectorado de la USC
5 Pazo de Raxoi
6 Convento de San Francisco y monumento de San Francisco del escultor Asoy
7 Iglesia de San Fructuoso y lugar del antiguo cementerio de peregrinos
8 San Domingos de Bonaval
9 Porta do Camiño
10 Iglesia de Santa María do Camiño
11 Praza do Campo (hoy, de Cervantes) e Iglesia de San Bieito do Campo
12 Iglesia de Santa María Salomé
13 Puerta de Mazarelos
14 Fuente de Santiago, Rúa do Franco
15 Iglesia de Santa Susana
16 Iglesia del Pilar
17 Praza das Praterías y Museo das Peregrinacións e de Santiago
18 Santa María a Real de Sar
19 Santa María de Conxo
20 Monte do Gozo
21 Capilla de San Paio do Monte (O Pedroso)

Centro Internacional de Acogida al Peregrino:
Centro de Documentación e Información del Camino

Información

Oficina del peregrino:
981 568 846

CONSEJOS ÚTILES PARA PEREGRINOS

- CREDENCIAL 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). Se debe acreditar que se han hecho al menos los 100 últimos kilómetros a pie o a caballo; 200 km si es en bicicleta; o bien 100 millas náuticas navegadas y realizar a pie los últimos kilómetros del Camino desde O Monte do Gozo.
- 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. Si procedes de un país que no es miembro de la Unión Europea, debes saber que hay países que tienen convenios con España, por lo que será importante obtener esta información antes de iniciar el viaje y así venir con todos los papeles en regla.
- 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.)
 - Extremar las precauciones a la hora de cruzar las carreteras si se tiene discapacidad auditiva y caminar siempre acompañado en el caso de las personas con discapacidad visual, debido a los cruces, desvíos e irregularidades del terreno.
- 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, esparadrado 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.

RUTA DEL MAR DE AROUSA Y RÍO ULLA

Santiago de Compostela

A Illa de Arousa

Vilagarcía de Arousa

Cambados

O Grove

Meaño

Sanxenxo

Ribeira

A Pobra do Caramiñal

Boiro

Rianxo

Dodro

Rois

Teo

Valga

Catoira

Vilanova de Arousa

O Carril (Vilagarcía)
Albergue 29 plazas

PORTUGAL