

A GUARDA > OIA

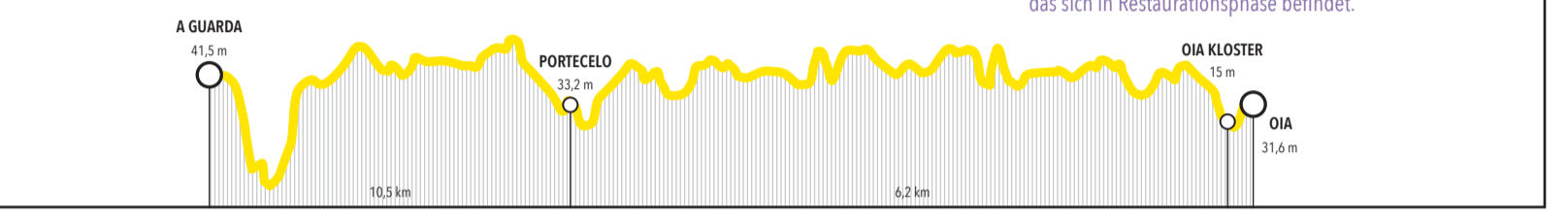
16,7 km
162,6 km bis Santiago
PORTUGIESISCHE KÜSTENWEG



Auf dem Küstenpilgerweg ist unser Ausgangsort in Galicien A Pasage (A Guarda). Wir haben Portugal in der schönen Gemeinde und Kleinstadt Caminha hinter uns gelassen. A Guarda befindet sich am Bergabhang der keltischen Siedlung Castro de Santa Trega, bedeutsamer touristischer und historischer Ort und eine der beeindruckendsten vorrömischen Siedlungen des Nordens der Halbinsel. Santa Trega war zwischen dem 1. Jahrhundert v.Chr. und dem 1. Jahrhundert n.Chr. fortlaufend besetzt worden. Von oben überrascht die wunderschöne Sicht auf die Mündung des Flusses Miño.

Unser Weg verläuft weiter in Richtung Oia, Gemeinde von O Rosal, parallel zur Küste. Der Ozean immer auf unserer linken Seite mit einer atemberaubenden Schönheit und Stärke. Diese Strecke ist fast immer eben und es gibt kaum einen Schatten. Im Sommer, die Meeresbrise mildert die extreme Hitze der Sonne.

Wir gelangen zum historischen Kloster Santa Maria de Oia, an der Küste gelegen. Diese Route ist auch unter der von diesem Ort abstammenden Bezeichnungen, „Klosterweg“, bekannt. Das Kloster gehörte früher zum Zisterzienser. Seine strategische Lage half mehrmals bei der Verteidigung der Küste, wie im 17. Jahrhundert, als es den Mönchen gelungen ist, einen Angriff der Türken Widerstand zu leisten.



OIA > BAIONA

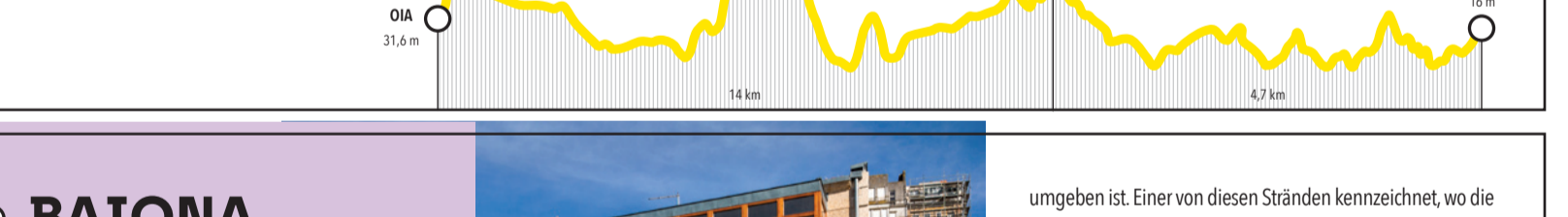
18,7 km
145,9 km a Santiago
PORTUGIESISCHE KÜSTENWEG



Wir lassen das Fischerdorf Oia hinter uns und gehen weiter an der Steilküste entlang, bis wir uns dem Leuchtturm von Cabo Silleiro, am südlichsten Punkt der Ria von Vigo, nähern. Es ist der wesentliche Orientierungspunkt der Schiffe, die durch diese Gewässer gleiten. Anschließend steigen wir über den ehemaligen königlichen Weg bis Baredo. Hier werden wir einen sehr gut erhaltenen Landort auffinden, der aufgrund seiner gepflasterten Wege und einheimischen volkstümlichen Architektur hervorzuheben ist. Außerdem ermöglicht seine Felsenküste die Aufzucht von sehr guten essbaren Entenmuscheln. Ein paar Kilometer von Baredo entfernt, gelangen wir zur Burg von Monterreal, heute ein Parador Nacional de Turismo von Baiona. Die harten Verteidigungsmauern leisteten dem

Angriff des englischen Korsars Francis Drake Widerstand, als er 1585 hier ausschnitt. Hinter der Burg liegt Baiona. Am 1. März 1493, war Baiona der erste Hafen in Europa, der über Amerikas Entdeckung benachrichtigt wurde, da hier die Karavelle La Pinta, von Martin Alonso Pinzon angeführt, anlegte. Diese Kleinstadt behält noch heute ihre ganze Pracht. Außerdem beginnt in Baiona die bedeutende Ria von Vigo, die von den Cies-Inseln, Herz des Nationalparks Illas Atlánticas, bewahrt wird. Von hier aus kann man sie mit dem Schiff besichtigen.

Der Cabo Silleiro. Sein erster Leuchtturm wurde 1866 eingeweiht und funktioniert mit einer pflanzlichen Öl-Dochtlampe. Die Pozas de Mougas und ihre wilden Pferde. In Baiona, die Burg von Monterreal-Parador Nacional de Turismo und der fesselnde Fußweg rundherum. Die Nachbildung der Karavelle La Pinta, die am Hafen verankert ist und 1999 gebaut wurde. Sie verfügt über alle Elemente aus der kolumbianischen Zeit. Die Virxe da Rocha, eine Marienfigur aus Granit und Marmor, die ein Werk des Architekten Antonio Palacios ist. Die wunderschöne und gut erhaltene mittelalterliche Altstadt in Baiona. Im März feiert man in Baiona das Festa da Arrabida, um des Einlaufens der Karavelle La Pinta zu gedenken.



BAIONA > VIGO

27,1 km
122,2 km bis Santiago
PORTUGIESISCHE KÜSTENWEG

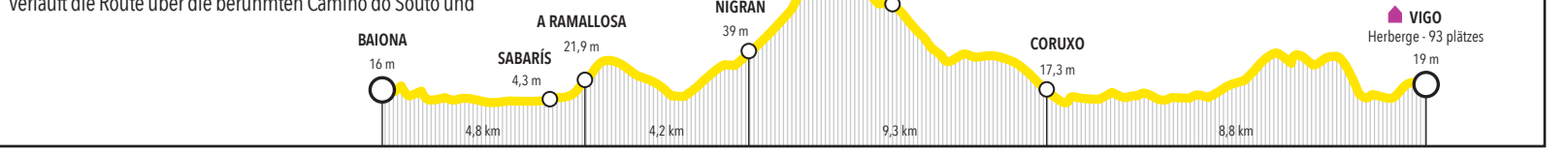


Wir verlassen Baiona und folgen unserer Route in Richtung Sabaris. Auf dem Weg kommen wir an einen historischen Brunnen vorbei, O Pombal. Schließlich überqueren wir den Fluss Groba über eine schöne Brücke. Ein bisschen weiter gelangen wir am Herrenhaus von Cadaval vorbei und erreichen eine andere schöne romanische Brücke, die A Ramallosa. Hier beginnt A Foz do Miño, ein Marschland voll von ökologischem Reichtum. Wir betreten die Gemeinde Nigrán. Auf dem Pilgerweg gibt es zahlreiche Beispiele der volkstümlichen Architektur, historischen Gutsbesitze und Steinkreuze wie das von Mallón oder O Perero. Anschließend verläuft die Route über die berühmten Camiño do Souto und

Camiño da Rosiña bis zum Ort Nigrán. Die Gutsbesitzer Urzáiz und Cea befinden sich vor dem Anstieg nach Sanromán, wo wir erfolgreich in Priegue enden. Die Straße C-550 begleitet uns die ganze Zeit und ihr entlang betreten wir die Gemeinde Vigo, die größte Stadt in Galicien (30000 Einwohner und eine halbe Million im ganzen Großstadtgebiet). Vigo verfügt über einen großen Fischerhafen mit vielen Containern und ist außerdem eine dynamische Industriestadt, die von schönen Stränden und Landschaften

SEHENSWERTES

Der Brunnen O Pombal (16. Jh.). Die Brücke A Ramallosa (13. Jh.) mit zehn Bögen, wahrscheinlich auf einer römischen Brücke gebaut. In Nigrán, das Ästuar des Flusses Miño, ein Marschland von hoher ökologischer Bedeutung. In Panxón (Nigrán), der Templo votivo do mar, ein Bauwerk von Antonio Palacios, und der westgotische Bogen (7. Jh.). Auf der ganzen Strecke haben wir die Möglichkeit schöne weiße Sandstrände und ein mildes Klima fast das ganze Jahr über zu genießen. In der Gemeinde Vigo, bevor wir die Großstadt betreten, die Kirche San Salvador de Coruxo (12. Jh.). Der Strand Samil ist ein Treffpunkt, wo viele Einwohner von Vigo ihre Freizeit verbringen. Es gibt ein großes Angebot an Gaststätten und Dienstleistungen.



VIGO > REDONDELA

15,7 km
100,1 km bis Santiago
PORTUGIESISCHE KÜSTENWEG

Die Flusspromenade des Lagares führt uns ebenso (über die Strafen Florida und Fragoso) nach As Travesas. Von hier aus gehen wir in Richtung Straße Tomás A. Alonso und dort weiter über Pi i Margall und die Promenade Alfonso XII. An diesem Ort, in der Nähe der Burg San Sebastián, gibt es noch einen Abschnitt des ehemaligen Eingangs der nun verschwundenen Festung von Vigo. Dieser Eingang führte durch das Tor der Straße A Falperna, neben der Straße Santiago.

Die beste Wahl Vigo zu betreten ist, dem Flussbett des Lagares, der in den Strand Samil mündet, stromaufwärts zu folgen. Diese Flusspromenade bietet einen herrlichen Anblick auf seine Feuchtgebiete, Flora und Fauna. Eine alternative Strecke, der Tradition treuer, jedoch von den Wohnsiedlungen und dem übermäßigen Verkehr verunstatet, verläuft durch das Stadtviertel Coia bis zum Stadtviertel As Travesas.



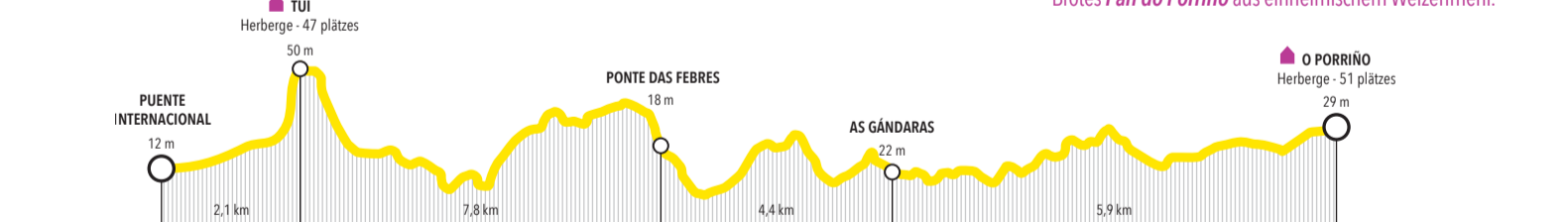
TUI > O PORRIÑO

18,1 km
117,5 km bis Santiago
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG



Wir betreten Galicien über die Brücke Ponte Internacional, die die Ortschaften Valença (Portugal) und Tui (Spanien) über den wasserreichen Fluss Miño verbindet. Ein kleiner Weg führt uns abwärts zum Strand A Fabrica, wo früher, bevor die Brücke gebaut wurde, die Pilger an Land gingen. Den Straßen Portugal und Galicia entlang, betreten wir schließlich die historische Altstadt von Tui und erreichen den Parador de Turismo (eine Hotelkette in Spanien). Ein Kilometerstein zeigt uns an, dass es noch 115 km bis Santiago sind. Die Stadt Tui, eine der sieben Hauptstädte des ehemaligen Königreichs von Galicien (1967 zum kunsthistorischen Ort erklärt), verzaubert uns in jeder Straße, Passage und in jedem Gässchen mit ihrer mittelalterlichen Stadtplanung, in der ihre romanische und gotische Kathedrale Santa Maria hervorzuheben ist. Wir sind dem Gotteshaus über die Straßen Bispo Macera und Baixada ó Arrabal de Freanxo näher gekommen. Die Strecke verläuft weiter über die Querstraße Hospital, den Rathausplatz Praza do Concello, das Kloster As Clarisas und die Straßen Tide und Antero Rubin. Bevor wir die Stadt hinter uns lassen, führt uns der Weg den Straßen Coengo Valiño y Calzada entlang, bis zum Park San Bartolomeu, wo wir bald zur Kapelle Virxe do Camiño, Paredes de Abaixo und zur geschichtsträchtigen Brücke von San Telmo, auch Fieberbrücke (Ponte das Febres) genannt, gelangen.

Nachdem wir die Brücke überquert haben, kommen wir durch einen dichten Wald, A Ribeira, zum Dorf A Madalena. Der Weg führt weiter dem Fluss Louro, der die Gemeinden Tui und O Porriño trennt, entlang. Bald erreichen wir den Ort Orbenlle. Von hier aus sehen wir von weitem die Granit-Steinbrüche, die diesen Ort berühmt gemacht haben. Ein Granit, das unter der Bezeichnung „rosa Granit“ bekannt ist und der u.a. nach Japan oder in die USA exportiert wird. Über die Straße Manuel Rodríguez betreten wir die aufstrebende Gemeinde O Porriño. Dieser Ort, dessen Ursprung eng mit dem Jakobsweg zusammenhängt, ist heute eine bedeutende Industriekleinstadt mit dem höchsten Bevölkerungswachstum der Provinz Pontevedra. Die Stadtlanschaft bietet uns das Werk des Architekten Antonio Palacios, der hier 1874 geboren ist: der Palacio Municipal (1924), an dem wir vorbei kommen. In unmittelbarer Nähe der Route befinden sich der Pavillon der ehemaligen U-Bahn Temple de San Luis, der Brunnen O Cristo (eines seiner ersten Werke, 1907) oder die Apotheke Palacios, die 1912 für seinen Bruder José entworfen wurde. Nach dem Bewundern der Werke dieses angesehenen Architekten, kommt unsere Strecke zu Ende.



O PORRIÑO > REDONDELA

15 km
99,4 km bis Santiago
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG

Wir betreten die Kleinstadt durch den Platz Ponteaaras und auf einem anderen schönen Platz, den Ribadavia, befindet sich die Pilgerherberge und somit der Zielpunkt unserer Strecke. Über O Enxertado, mit dem Tal im Osten, erreichen wir auf einem lockeren Abstieg die Kapelle Santiaguño de Anta, die von einem schönen Eichenhain umgeben ist. Ein römischer Meilenstein (Anzeiger von tausend Schritte) der Via XIX, die wie schon erwähnt Braga und Astorga verbindet, führt uns zur Gemeine Redondele. Darauf hin betreten wir Vilar de Infesta. hervorzuheben sind auf dieser Strecke Kiefer- und Eukalyptuswälder. Weiter geht es über den berühmten Ort Chan das Pipas, Saxamonde, Quintela und O Muro bis nach Redondele.



REDONDELA > PONTEVEDRA

18 km
84,4 km bis Santiago
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG



Sobald wir Redondele hinter uns gelassen haben, kommen wir zur Kapelle As Angustias. Hier betreten wir die Kirchengemeinde Cesantes. Auf unserer rechten Seite, Richtung Westen, können wir die atemberaubende Ria von Vigo bewundern: in ihrem Zentrum ragen die Illas de San Simón und Santo Antón hervor. Dort birgt der Meeresgrund die Überreste der Galeonen der Schlacht von Rande (1702). Im Hintergrund dieser Inseln, die Bates (schwimmende Plattformen aus Holz für den Miesmuschel-Aufzucht) und die Hängebrücke Ponte de Rande. Wir gelangen zur Kirchengemeinde O Viso und betreten den Ort Arcade (Gemeinde Soutomaior), dessen Stadtkern wir über die Straßen Portas, Lavandeira, Camadevila, Veleiro, Barroncas ... durchqueren, bis zur historischen mittelalterlichen Brücke Pontesampaio über den Fluss Verdugo.

Auf halbem Weg der Brücke beginnt die Gemeinde Pontevedra. Unsere Route folgt zunächst über die Kleinstadt Ponte Sampaio und dann über alte und historische gepflasterte Wege (einige Abschnitte verlaufen über die römische Via XIX, wie der Anstieg Brea Vella da Canicouva). Über die Ortschaften A Boullosa, Santa Comba de Bértola, die Kapelle Santa Marta, Tomeza, O Casal do Rio und O Marco nähern wir uns Pontevedra (in O Pobo können wir den Zweig nehmen, der uns nach links ablenkt -komplementärer Weg-). Die Straße Otero Pedrayo und die Giorieta de Compostela führen uns zum Sanktuar Virxe Peregrina, zur Straße Soutopales, zum Platz O Teuro und zur Rúa Real. Hier erwartet uns die eindrucksvolle Altstadt.



PONTEVEDRA > CALDAS DE REIS

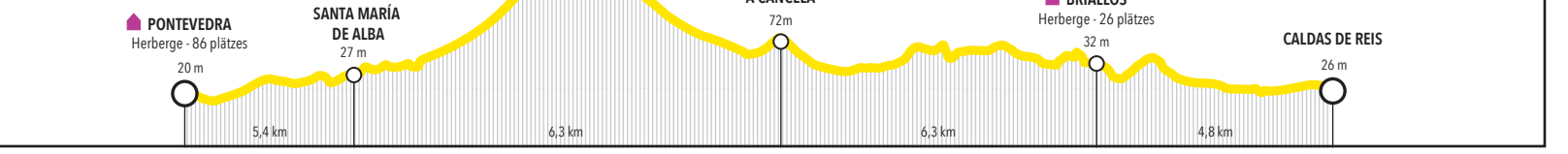
22,8 km
66,4 km bis Santiago
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG



Der Pilgerweg lässt Pontevedra über die Straße Rúa da Santaña hinter sich und überquert den Fluss Lézor über die Brücke O Burgo. Anschließend umgehen wir das weite Marschland A Xunqueira de Alba. Die Route verläuft parallel zur Bahnlinie und dem Fluss Granda, bis zur Ortschaft Pontecabras und zur Kirche Santa Maria de Alba. In Guxilde, legte der Erzbischof von Santiago, Diego Xelmírez, bei seiner Reise von Braga nach Santiago, eine Rast ein.

Eisenbahngleis des Hochgeschwindigkeitszuges, der die Landschaft verändert hat, begleiten uns nun die ganze Zeit über. Wir durchqueren den Ort A Seca (Gemeinde Barro) und Briallos (Gemeinde Portas) und gelangen nach Caldas de Reis. Es wechseln sich Pfade, Wald- und Asphaltwege ab.

Hinter der Kapelle San Caetano warten die mächtigen Wälder von Reiris und Lombo de Macreira auf uns. Wir betreten die Gemeinde Barro über eine kleine Steinbrücke über den Bach O Rego do Cárcere. Von San Mauro aus führt die Route weiter über die Orte San Famede da Portela. Wir überqueren die Brücke über den Fluss Areal und kommen zwischen großen Steinhäusern nach Valbón. Dort stehen zwei Cruceiros, eines neben der Casa Amonisa und am Säulenhafens des anderen zeigt der pilgernde Jakobus die nördliche Richtung nach Santiago an. Ein drittes Steinkreuz, der einsame Soutelo, vervollständigt die Triade dieser authentischen Skulpturen, die an Wegkreuzungen errichtet wurden. Ab diesem Punkt ist empfehlenswert beidzahlreichen Kreuzungen und Windungen auf die Hinweisschilder zu achten. Die Nationalstraße N-550 und der neue



CALDAS DE REIS > PADRÓN

18,7 km / 43,6 km bis Santiago
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG



Wir verlassen Caldas über die Nationalstraße N-550 und schon bald kommen wir zu einem schönen Weg. Hier steigt nun die Route, bis zum Ensemble von Santa Mariña de Carracedo, leicht an. Später betreten wir nach Durchquerung der Orte Casalderrique und Casa de Eririo die Gemeinde Valga.

Die Route verläuft weiter durch das älteste Viertel der Kleinstadt Pontecesures. Anschließend überqueren wir die Brücke über den Ulla (römischen Ursprungs, obwohl es heute wiederlegt wird), der die Gemeinden Pontevedra und A Couña trennt. Hier beginnt die Gemeinde Padra, eine schöne und monumentale Ortschaft am Fluss Sar, die Geburtsort der Jakobstradition ist. Wir betreten die Kleinstadt über den Marktplatz und dann gehen wir der Promenade Paseo do Espolón entlang. Im historischen Stadtkern befindet sich die Kirche Santiago de Padrón, wo der O Pedrón bewahrt wird.

Über den Ort O Pino kommen wir nach Monte Castelo, einen üppigen Wald, in dessen Nähe alte Mühlen an rauschenden Wasserläufe zu finden sind. Die nächsten Ortschaften auf unserer Strecke sind Camadevila, die Brücke über den Fluss Fontelo, Cedelo und Condié (beide in Pontecesures). Das Sanktuar der Virxe Peregrina (18. Jh.) und die fünf historischen Gebäude: das Museo de Pontevedra, die Plätze A Ferreria, A Leña und O Teuro oder die Basilika Santa María A Grande (16. Jh.).



PADRÓN > SANTIAGO

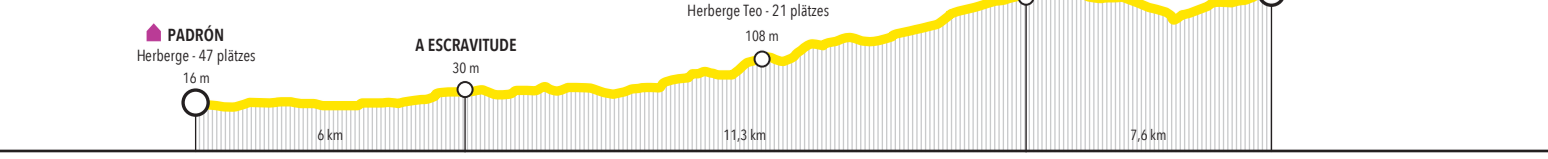
24,9 km bis Santiago
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG



Wir verlassen Padrón über die Straße Does und überqueren den Fluss Sar, wo wir Iria Flavia erreichen, heute Teil der Gemeinde Padrón, aber früher war sie eine Römerstadt auf der Bischofsitz bis ins 11. Jahrhundert. Wir kommen an der Stiftung Camilo José Cela vorbei und überqueren die Nationalstraße N-550 (Wir können den Weg nehmen, der uns nach rechts ablenkt, um Verkehr zu vermeiden). Anschließend gehen wir durch traditionelle Dörfer wie A Pousa, O Souto, O Ruero, Cambelas oder Antepotas, im Tal des Sar.

In O Milladorio, Name der von humilladoria (Ort des Niederknien/der Demut) abstammt, da man von hier aus erstmals die Kathedrale erkennt, was die Pilger veranlasst, sich zu „demütigen“ (auf Galicisch, humillar) oder auf die Knie zu sinken. Wir betreten endlich Santiago über A Rocha Vella und die Brücke A Ponte Vella über den Sar. Hier haben wir zwei Möglichkeiten: entweder durch A Choupana (neben dem Krankenhaus Hospital Clínico), an der Kapelle Santa Marta vorbei und der Straße Rosalia de Castro entlang; oder durch das Stadtviertel Conxa. Beide Alternativen treffen auf dem Platz Vigo zusammen.

Der Weg führt über die A Porta Faxeira und die Straße Rúa do Franco in die Altstadt. Am Ziel des Portugiesischen Weges angelangt, erreichen die Pilger den traditionellen Eingang dieser Route durch den Plaza das Praterias. Nachdem wir einen Anstieg überwältigt haben, erreichen wir Rúa de Francos und Osobe.



SEHENSWERTES

In Vigo, das Museo Quiñones de León, im Pazo de Castrelos, wo eine hervorragende galicische Gemäldesammlung, Archäologie und ein botanischer Garten bewahrt wird. Die Flusspromenade des Lagares. Der Park O Castro, die Auktionshalle (der Kühllager-Hafen von Vigo ist der mit der höchsten Lagerkapazität Europas), die Promenade Alfonso XII beim Olivenbaum, Symbol der Stadt. Der Platz Praza da Constitución, Zentrum der historischen Altstadt. Die neugotische Santiago-Kirche (1896). Und die Austern von A Pedra. In Redondele, die 1114 von Xelmírez geweihte Santiago-Kirche, das Kloster Vilavelle (16. Jh.), das Haus A Torre (16. Jh.) und die Bahnbrücken (19. Jh.). Jeden Mai feiert Redondele das berühmte Sepia-Fest (Festa do Choco auf Galicisch).

SEHENSWERTES

Die Brücke Ponte Internacional de Tui, die 1884 von Pelayo Mancebo, Gustave Eiffels Schüler, aus Eisen fertiggestellt wurde. Die Brücke ist ein herrlicher Aussichtspunkt. Es ist unumgänglich in der mittelalterlichen Altstadt von Tui heranzubummeln. Die Kathedrale Santa Maria von Tui, die 1120 (romanisch) errichtet und dann dem neuen gotischen Stil angepasst wurde. Aufgrund ihrer doppelten Berufung, Kirche und Festung, hat sie den Vorrang in der Altstadt. Ihr Kreuzgang (13. Jh.) ist der einzige vollständig erhaltene mittelalterliche Kreuzgang einer galicischen Kathedrale. In ihrem Inneren ist die Santiago-Kapelle mit einem Altarufsatz von 1696 hervorzuheben. Ein Werk des Bildhauers José Dominguez Bugariñ aus Tui. Das Dieozinmuseum von Tui-Vigo, das sich im ehemaligen Pilgerhospital befindet. Das Kloster As Clarisas (17. und 18. Jh.) oder auch unter der Bezeichnung der „encerradas“ (die Eingespernten) bekannt. Die Kirchen San Domingos, gotisch, und San Bartolomeu de Rebordans, ehemaliges Kloster, wo Diego Xelmírez nach dem so genannten Ereignis „Po latrocínio“ herbeigeführt wurde. 7 km von Tui entfernt, der Naturpark Monte Aloia, mit einer atemberaubenden Aussicht auf die Mündung des Flusses Miño. Die Brücke Ponte das Febres oder San Telmo über den Fluss San Simón, wo der Heilige 1251 erkrankte. 400 m weiter entfernt, die Gándaras de Budiño (eine Süßwasser Lagune). In O Porriño, das Werk von Antonio Palacios und die Qualität des traditionellen Brotes Pan do Porriño aus einheimischem Weizenmehl.

SEHENSWERTES

Das monumentale Ensemble Santa Mariña de Carracedo. Auf dem Monte Castelo, die traditionellen Mühlen. In Pontecesures, die romanische Kirche San Xulian de Reixoiro. Der ehemalige Hafen von Padrón aus dem 12. Jahrhundert. Der Tradition nach ist im 1. Jahrhundert von Jaffa (Palästina) aus, der Leichnam des Apostels angekommen. Die Flusspromenade des Sar. Die Santiago-Kirche, die den O Pedrón bewahrt, ein dem Neptun geweihter römischer Altar, an dem das Steinschiff festgebunden wurde. Der Brunnen Fonde Carme (18. Jh.). Der botanische Garten. Das Museum Casa Museo de Rosalia de Castro, die angesehenste galicische Dichterin. Die Kirche Santa Maria de Herbón, die sich im Dorf befindet, das für seine Paprikaschoten (auf Galicisch, pementos) berühmt ist.

SEHENSWERTES

In Iria Flavia, die Stiftung Camilo José Cela, die sich in Casas dos Coéngos befindet und Ende des 18. Jahrhunderts gebaut wurde. Ihr gegenüber, die Stiftskirche Santa Maria de Iria. Gleich daneben, der Friedhof Adina, wo Cela begraben ist und eine Nekropolis aus der Zeit der Sueben (6. Jh.) bewahrt wird. Das Sanktuar A Escravitude (18. Jh.) Das gotische Steinkreuz (cruceiro) in Rúa de Francos. 500 m vom Pilgerweg entfernt, die Brücke über den Fluss Tinto (18. Jh.) und die Überreste der legendären Siedlung Castro Lupario, wo die Königin Lupa wohnte. Die Ruinen der Burg A Rocha Forte (15. Jh.) Die Kirche Santa Maria de Conxo (18. Jh.) mit ihrer Christusskulptur von Gregorio Fernández. In Santiago, die Rúa do Franco, wahrscheinlich die belebteste Straße der Stadt.

ÜBER DEN CAMINO... PORTUGIESISCHER -> PILGERWEG

Sie sind in Compostela angekommen. Packen Sie jetzt Ihre Wanderstiefel weg und werden Sie ein neugieriger, einfühlsamer und aktiver Reisender. Nehmen Sie von hier aus den Pilgerweg in umgekehrter Richtung auf. Alles, was Sie während der Wanderung nicht sehen und genießen konnten, erwartet Sie jetzt. Vor Ihnen eröffnen sich neue, ebenso verführerische Wege. Lesen Sie die Empfehlungen, die wir für Sie vorbereitet haben.



Castrum Santa Trega, A Guarda

Ganz gleich, ob Sie den portugiesischen Weg an der Küste entlang oder aber durch das Landesinnere vorgehen haben, Landschaften, Menschen und Geschichten, die Sie hinter sich gelassen haben, verdienen es, dass Sie sich ihnen in Ruhe widmen. Die Weinberge, an den Rias Baixas, Strände, Wellnessorte, Landhäuser, die Inseln im Atlantik sowie das überraschende Hinterland in der Provinz Pontevedra entfalten ihren Charme.

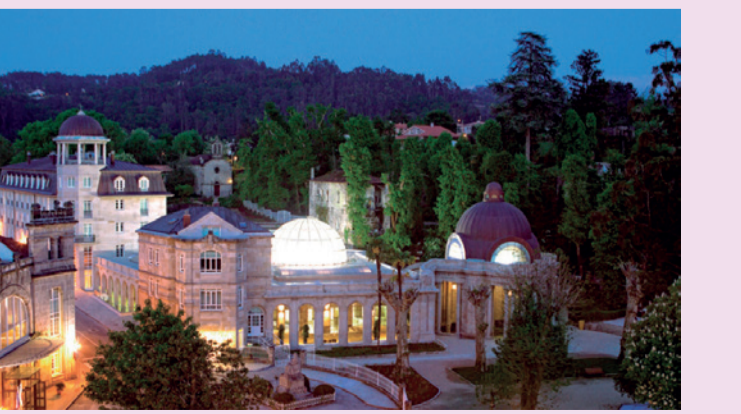
Im O Rosal Tal liegt das Flussdelta des Miño, an der Grenze zu Portugal. Kommen Sie und lernen Sie die frischen, feinen und fruchtigen Weine mit Herkunftsbezeichnung kennen, die dort aus den Traubensorten Albariño, Loureiro und Caño Blanco gekeltert werden. Der Weinbau in der Gegend geht bis ins 12. Jahrhundert zurück. Tatsächlich ist das direkt an der Küste liegende Kloster Santa María de Oia, an dem der Pilgerweg vorbei führt, der Ursprung dieser Reben. Ein Besuch in einem der emblematischen Weingüter am Oberlauf des Flusses ist ein absolutes Muss.



Santa Maria de Oia

Neben dem Weintourismus muss unbedingt auch die Thalassotherapie erwähnt werden, denn in der Gemeinde Oia befinden sich wunderbare Hotelanlagen, in denen Kinder und Erwachsene direkt am atlantischen Ozean Entspannung genießen können.

Der ganze portugiesische Weg ist umgeben von bedeutenden Thermalstätten. Nicht umsonst gilt Galizien als wichtige und aufstrebende Wellness- und Gesundheitsregion. Mondariz Balneario, die kleinste Gemeinde Spaniens, gehört zur Region O Condado, ca. 30 km von Vigo entfernt, und galt Ende des 19. Jahrhunderts als Referenz unter den europäischen Kurorten. Heute sind sein Heilwasser und die Wellnesseinrichtungen in aller Welt bekannt. Auch die Insel A Toxa genießt bereits seit alters her einen ausgezeichneten Ruf für ihr Thermalwasser. Die dortigen Gewässer und Bäder heilen die schrecklichsten Krankheiten, bescheinigte schon die Schriftstellerin Emilia Pardo Bazán. Schließlich liegt ganz in der Nähe von Santiago, in Brión, einer der nächsten Wellnessorte, O Tremo, der über der historischen Quelle A Nosa Señora dos Anxeles errichtet wurde.



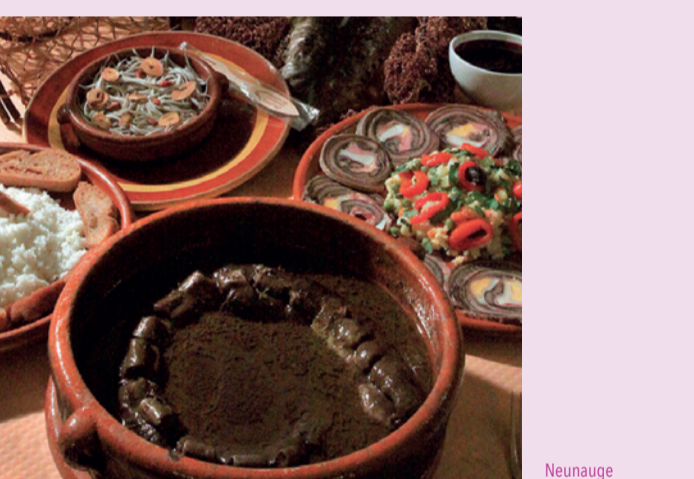
Kurort von Mondariz



Laxe dos Carballos, Archäologischer Park Campo Lameiro

Für Liebhaber prähistorischer Kunst hält das Landesinnere der Provinz Pontevedra Überraschungen bereit. Dort findet sich die größte Anzahl Felszeichnungen Europas, vor allem in den Regionen Val do Lézec, Baixo Miño und in der Umgebung der Stadt Vigo. Bei der Felsmalerei handelt es sich, wie Sie wissen werden, um vier- bis fünftausend Jahre alte Steingravuren. Viele dieser Zeichnungen wurden erst kürzlich entdeckt und werden noch untersucht. In Campo Lameiro liegt der archäologische Park für Höhlenkunst, der Parque Arqueolóxico da Arte Rupestre. Auf dem 22 Hektar großen Gelände sind zahlreiche, besonders wertvolle Felsmalereien zu sehen. Auf der Anlage steht ferner eine wiedererrichtete Siedlung aus der Bronzezeit. In A Guarda liegt das Castrum Santa Trega – ein Wahrzeichen für den iberischen Nordwesten, ein galisch-römisches Dorf, in dem ein Wanderweg beginnt, der auf den Gipfel mit dem archäologischen Museum führt.

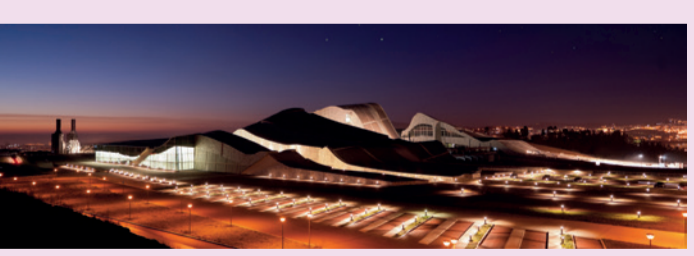
Die hochgeschätzte Gastronomie dieser Küste – hauptsächlich Fische und Meeresfrüchte – wird in jedem guten Restaurant und Wirtshaus liebevoll zubereitet. Auf der Suche nach Authentischem sollte man sich auf die Route des Neunages, des Fisches, der als „König des Flusses“ bekannt ist und in den Binnengewässern im Landesinneren von Galicien seit mehr als 50 Mio. Jahren beheimatet ist, begeben. Besonderes Merkmal ist sein runder Mund, mit dem er sich vom Blut anderer Fische ernährt. In drei großen galicischen Strömen ist das Neunauge zu Hause, im Miño, auf den letzten Kilometern bis zur Flussmündung, im Ulla, zwischen den Provinzen Pontevedra und A Coruña, von Padrón bis Catoira, sowie im Tambre, der sich in die Flussmündung von Muros-Noya ergießt. Zubereitet wird dieser Fisch als Eintopf, auf die Art Bordeaux – diese ist die bekannteste Art mit weißem Reis – gebraten, als Pastete und ferner als Salat.



Neunauge

Von der kulinarischen geht es nun zu einer sehenswerten und gleichzeitig botanischen Reise, der Kamelierroute. Die ursprünglich aus China und Japan stammende Winterblume hat sich mittlerweile sehr gut in den herrschaftlichen Gartenanlagen der galicischen Landhäuser eingewöhnt. Zu finden sind Kamelien im Pazo de Rubiães, in Vilagarcía de Arousa, im Pazo de Bazán, einem Parador Nacional, in Cambados, im Pazo de Oia, in A Estrada – bekannt als „das galicische Versailles“ – sowie in Santa Cruz de Ribadulla, in Vedra, mit riesigen Exemplaren – um nur vier wunderbare Beispiele zu nennen.

Auf der Wallfahrt des portugiesischen Weges sind Sie vielleicht am Horizont des Atlantik auf einige der Inseln, die zum Nationalpark der atlantischen Inseln gehören, aufmerksam geworden. Diese heißen vom Süden in den Norden, Cies, Ons, Sálvora und Cortegada. Alle vier Inseln sind für Besucher geöffnet. Sie besitzen eine einzigartige Natur mit außerordentlichen Stränden und Wäldern, unter anderem mit dem größten Lorbeerwald Europas in Cortegada.



Cidade da Cultura, Santiago de Compostela

Zum Abschluss das geheime Compostela – denn es gibt ein anderes Santiago fern der einmaligen Altstadt mit ihren Sehenswürdigkeiten, ihrer typischen Gastronomie und dem lebhaften kulturellen Angebot. Das neue Santiago ist mit Natur und Entspannung verbunden und steht im Zeichen der poetischen Flüsse Sar und Sarela und der sanften Berge, die ihnen Schutz bieten. Die neuerrichteten angebotenen Ausflüge auf dem Sar, im Osten der Stadt, in dem als As Briñas do Sar bekannten Viertel, bieten sich dem Besucher genauso wie der Aufstieg auf den Pfaden im neuen Bosque de Galicia. Der kürzlich entstandene, 24 Hektar große Naturraum an den Hängen des Monte Gaiás, liegt über der Cidade da Cultura. Genau gegenüber, im Westen der Stadt, bietet der Monte Pedrosa das vielleicht schönste Panorama der tausendjährigen Stadt. Zu ihm gelangt man auf dem ehemaligen Kreuzweg, der am weiten Park A Grama do Xesto entlang verläuft.

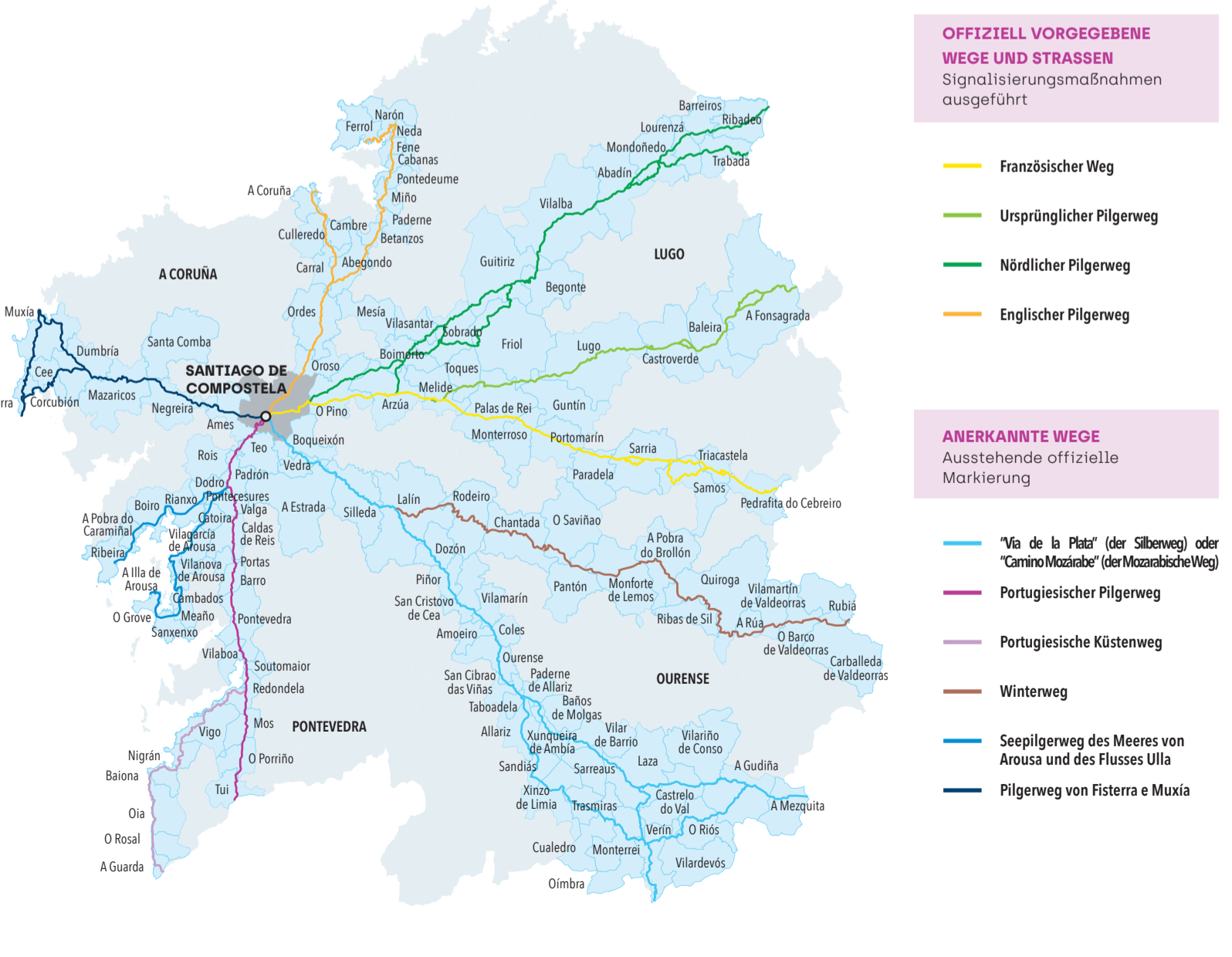
DER PORTUGIESISCHE PILGERWEG ->

Seit Jahrhunderten hatte die Jakobsverehrung auf dem Portugiesischen Pilgerweg einen hohen Stellenwert und half die als Identitätsmerkmal der europäischen Kultur geltende Pilgerreise besser zu verstehen. Die Route gewann an großer Bedeutung mit der Unabhängigkeit von Portugal in der Mitte des 12. Jahrhunderts. Sie verläuft über ein begründetes Erbe antiker Wege und Straßen, wie die Via XIX, die im 1. Jahrhundert n. Chr. gebaut wurde und Braga mit Astorga über die Ponte de Lima, Tui, Pontevedra, Santiago und Lugo verbindet. Sie war eine der bedeutendsten Römerstraßen, da sie Gallæcia strukturierte.

Vom 12. Jahrhundert bis in unsere Tage strömten Pilger aus allen Landesteilen und Städten in den Norden der Halbinsel. Die Beweggründe dafür waren nicht nur religiös, sondern auch kultureller und wirtschaftlicher Art. Es waren Bindungen, die nicht einmal die politischen Grenzen brechen konnten. So haben Könige, Adligen und hochrangige Kleriker dazu beigetragen, die Jakobsverehrung zu festigen. Ein gutes Beispiel davon war die berühmte Pilgerfahrt von Elisabeth von Portugal, die „Heilige Königin“, die im 14. Jahrhundert ihre Krone auf dem Jakobaltar ablegte und in Coimbra mit einem Pilgerstab begraben wurde. Oder der portugiesische König Manuel I., der 1502 von Lissabon aus nach Santiago pilgerte und befahl, dass als Erinnerung an



DIE PILGERWEGE IN GALICIEN ->



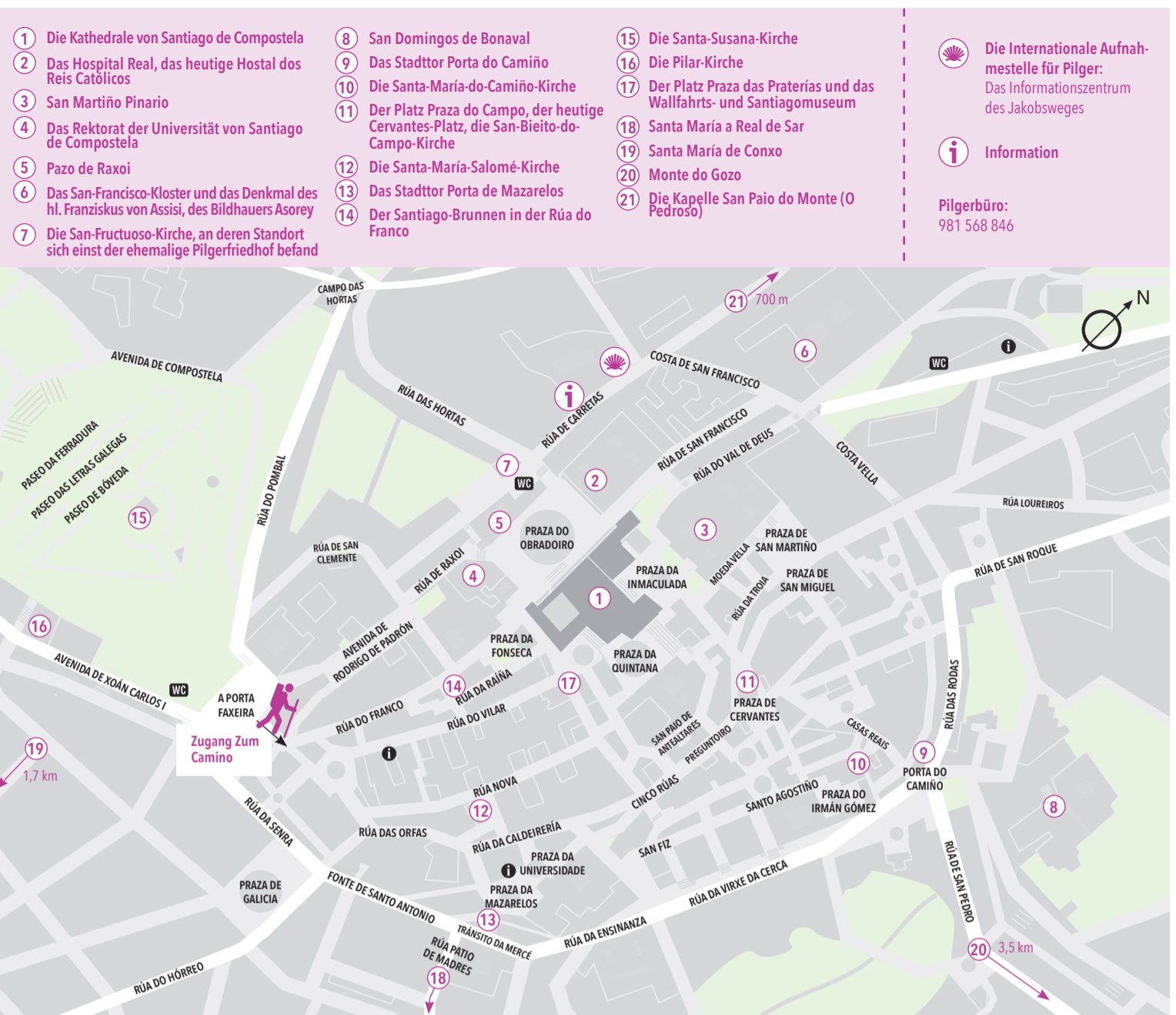
seinen Aufenthalt in Compostela, Tag und Nacht ein Licht im Jakobstempel leuchten solle, wofür er ein Jahreseinkommen zuwies.

Die Spuren des Jakobsphänomens waren so geprägt in Portugal, dass sein Straßennetz sich dem Pilgerweg entsprechend, von Süden nach Norden, über die Ortschaften der Route in Richtung Galicien gestaltet hat: Lissabon, Santarém, Coimbra, Porto, Barcelos, Ponte de Lima und Valença do Miño, wo der Weg den Fluss Miño überquert und Galicien betritt.

Im 19. Jahrhundert war der Zustrom von Pilgern aufgrund der Französischen Revolution und der Invasion Spaniens durch die Truppen Napoleons gering. Dennoch war der Portugiesische Pilgerweg die aktivste Jakobroute dieser Zeit. Deshalb waren über 80% der ausländischen Pilger Portugiesen.

Der Pilgerweg betritt Galicien durch Tui. Er führt weiter über O Porriño in Richtung Redondela und dann Caldas de Reis und Padrón, wo der bekannte „O Pedrón“ (römischer Altar) verwahrt wird. Anschließend geht er über die ehemalige römische Kleinstadt Iria Flavia und erreicht Compostela. Eine alternative Strecke ist der so genannte Portugiesische Küstenpilgerweg, der seinen Ausgangspunkt in Galicien in A Guarda hat und über Baiona, Vigo und Redondela mit der anderen Strecke zusammentrifft.

STADTPLAN VON SANTIAGO DE COMPOSTELA JAKOBEISCHE ORTE ->



NÜTZLICHE RATSCHLÄGE FÜR DIE PILGER

- PILGERAUSWEIS**
Der Pilgerausweis ist eine Art Pass, in den nach Durchquerung der einzelnen Orte die verschiedenen Pilgerstempel eingetragen werden und mit dem Sie dann die "Compostela" (die Pilgerurkunde des Cabilido, die bescheinigt, dass Sie den Pilgerweg aus religiösen oder spirituellen Gründen zurückgelegt haben) erhalten. Dazu muss bestätigt werden, dass Sie mindestens die letzten 100 km zu Fuß oder zu Pferd - 200 km, wenn Sie mit dem Fahrrad unterwegs sind, oder 100 Seemeilen - zurückgelegt haben und dass Sie die letzten Kilometer des Pilgerweges von O Monte do Gozo aus zu Fuß zurückgelegt haben.
- KRANKENVERSICHERUNGSKARTE**
Spanische Pilger müssen immer mit der Krankenversicherungskarte reisen.
- Pilger aus einem anderen Land der EU sollten die europäische Krankenversicherungskarte haben.
- Wenn Sie aus einem Land kommen, das nicht Mitglied der EU ist, sollten Sie wissen, dass es Länder gibt, die ein Abkommen mit Spanien haben; informieren Sie sich bitte vor Antritt der Reise, sodass alle Papiere vorschriftsmäßig sind.
- BEHINDERTE PERSONEN**
Außer den allgemeinen Empfehlungen für alle Pilger sollten sie:
- Sich vor der Abreise über all Schwierigkeiten informieren, die sich einem behinderten Pilger bieten können und über die Zugangsmöglichkeiten der verschiedenen Dienstleistungen am Weg von Santiago (Herbergen, Restaurants, usw.).
- Besondere Vorsicht beim Überqueren von Landstraßen walten lassen, wenn man hörendehindert ist; Sehhilfen sollten wegen der Kreuzungen, Umleitungen und Unregelmäßigkeiten des Geländes immer in Begleitung gehen.
- WENN SIE MIT TIEREN REISEN:**
- Sorgen Sie dafür, dass ihr Impfpass, den sie mitnehmen müssen, vorschriftsmäßig und korrekt ist.
- Planen Sie die Route und die Etappen je nach den Unterkünften, in denen sie zugelassen sind.

Vor Beginn der Wallfahrt

- Bereiten Sie sich körperlich vor und planen Sie die Etappen je nach Ihren körperlichen Fähigkeiten, dosieren Sie die Kräfte und legen Sie häufige oder länger Pausen je nach Ihren physischen Merkmalen ein.
- Wandern Sie die ersten Tage nicht sehr schnell und behalten Sie immer den gleichen Rhythmus bei.
- Besonders wichtig ist die Fußpflege, um Blasen vorzubeugen; tragen Sie deshalb bequeme und keine neuen Schuhe; nehmen Sie zwei Paar mit oder eine dicke und leichte Gummisohle; die Strümpfe sollen gut anliegen und luftdurchlässig (Garn oder Baumwolle), immer sauber und trocken sein und gut passen, um Reibungen zu vermeiden. Waschen Sie am Ende des Tages die Füße mit Wasser und Seife und wechseln Sie die Schuhe.
- Benutzen Sie leichte, weite Kleidung in heller Farbe (reflektierend), die sich für die Jahreszeit eignet.
- Tragen Sie einen leichten Regenmantel, der den Rucksack bedeckt.
- Tragen Sie einen Schutz für den Kopf und eine Sonnenbrille, vermeiden Sie die heißesten Stunden und benutzen Sie Sonnenschutzcreme.
- Trinken Sie häufig Wasser, versichern Sie sich jedoch, dass es trinkbar ist; Wasser aus Bächen, Flüssen oder Brunnen, bei dem wir nicht sicher sind, ob es trinkbar ist, sollten wir nicht konsumieren. Empfohlen werden täglich 2 Liter Wasser, um Dehydration vorzubeugen. Auf dem Markt gibt es isotonische Getränke, deren Natriumsalze und Kalium einem gesunden Erwachsenen helfen können.
- Gezeltet werden sollte nur auf den dafür vorgesehenen Plätzen. Gehen Sie vorsichtig mit Lagerfeuer um und löschen Sie sie vollständig, bevor Sie weitergehen. SCHÜTZEN SIE DIE UMWELT.
- Weichen Sie niemals von den gekennzeichneten Wanderwegen ab; wandern Sie nicht im Dunkeln und halten Sie die Verkehrsvorschriften ein. Wenn Sie den Weg auf dem Fahrrad machen, müssen Sie den Schutzhelm und die Warmweste tragen.
- Gehen Sie immer an dem linken Straßenrand.
- Wenn Sie erschöpft sind und Krämpfe haben ruhen Sie sich an einem frischen Ort aus und trinken Sie reichlich Wasser.
- Zur Stärkung auf dem Weg essen Sie kraftspendende Lebensmittel (Trockenbrot, Feigen, Schokolade, usw.).
- Ein Gepäck sollten Sie mitnehmen Schlafsack, ein Mehrzweck-Taschenmesser, Handy und einen kleinen Verbandskasten.
- Der Verbandskasten sollte enthalten Alkohol, Gaze, Leukoplast, Jod, Heftpflaster, Sonnenschutzcreme, Nadel und Faden zum Heilen der Blasen, kleine Schere, Vaseline, Insektenschutzmittel, Antihistamin (bei Allergien) und Aspirin.

PORTUGIESISCHER PILGERWEG

