

## LUBIÁN-A CANDA > A GUDIÑA

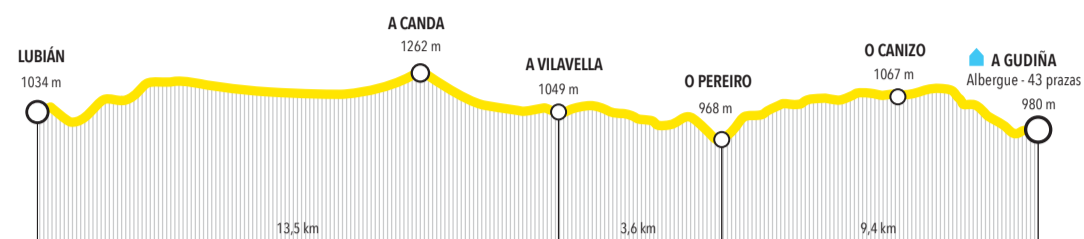
26,5 km  
254,3 km a Santiago por Verín  
223,2 km a Santiago por Laza

- A Vía da Prata entra na provincia de Ourense polo porto denominado Portela da Canda (1.262 m), municipio da Mezquita. Este concello é histórico nexo entre as xentes de Castela, Galicia e Portugal. Terras de paso de peregrinos pero tamén de segadores, e de arrieiros, tratantes e viaxeiros chegados aquí polos máis diversos motivos.

Continúa ata os lugares da Canda e A Vilavella, que ten unha igrexa dedicada a Santa María da Cabeza. No descenso pasamos por unha ponte sobre un regato, a Veiga do Pontón, e por vellos camiños empedrados, acubillados polos centenarios valados ou muros de pedra.

Chegamos a O Pereiro, topónimo que lles dá nome a un río e a unha localidade. Estamos en zona de grandes canieiros, arte expresada na xenuína arquitectura popular e relixiosa. Máis adiante, O Canizo, parroquia do concello da Gudiña. Atravesámola para saír ata a N-525 e chegar ao alto do Canizo (1.067 m).

Continuamos ata a vila da Gudiña, famosa por ser lugar de moito tránsito e por ter bos mesons para peregrinos e viaxeiros desde o século XVIII. Na Gudiña pararon, un remoto día do 15 de xullo de 1506, a raíña Xoana a Tola e o seu esposo Filipe o Fermoso.



### QUE VER

A **igrexia barroca da Vilavella**, dedicada a Santa María da Cabeza, cunha interesante fachada –con arco de medio punto– e as laudas sepulcrais do atrio. A **capela da Nosa Señora de Loreto**, do s. XVIII, con retablo e tallas dos ss. XVII e XIX. A **igrexia parroquial do Pereiro**, dedicada a San Pedro e de excelente cantería. A **igrexia parroquial do Canizo**, barroca. Na Gudiña: as **igrexas de San Martiño** –barroca, iniciada en 1619– e de **San Pedro**; as curiosas pezas de relevo plano situadas na fachada dun edificio fronte ao antigo cárcere, e a gastronomía local presidida pola carne de porco, embutidos, cabrito e cordeiro.



## A GUDIÑA > LAZA

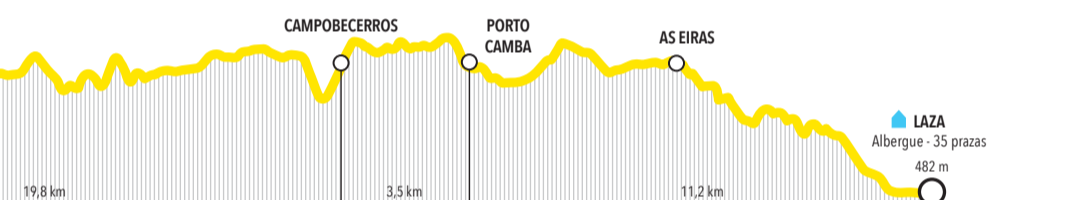
Itinerario por Laza - 34,5 km  
196,7 km a Santiago

- Deixamos atrás a localidade da Gudiña e tomamos a Vereia Vella ou Vereia Sur, senda que atravesa as impresionantes paisaxes da Serra Seca. No século XVI denominábase este itinerario Camiño Francés ou Camiño Real. Pasaremos pola Venda do Espiño e pola Venda da Teresa. Transitamos por paisaxes imponentes e a máis de mil metros de altura (o alto de Picaños está a 1.104 m) e máis vendas nos saen ao

paso nun territorio de aldeas semiabandonadas: a Venda da Capela e a Venda do Bolaño, esta cunha fermosa vista do monte da Urdiñeira, antigo castro prerromano.

Á nosa dereita esténdese o encoro das Portas, que detén as augas do río Camba, afluente do Bibei e que nos depara paisaxes espectaculares. E máis ao norte, o parque natural do Invernadeiro, no municipio de Vilarinho de Conso.

A Serra Seca conclúe en Santiago de Campobeceros, municipio de Castelo do Val, a 15 km do inicio desta etapa. Esta parroquia pertence á encomenda santiaguista de San Marcos de León. Aquí, a ruta, a Vereia Vella, intéranse en Porto Camba e nun val de montaña da serra de San Mamede que pertence ao señorío monástico de Montederramo. Desde o lugar das Eiras entramos na vila de Laza.



### QUE VER

As paisaxes da **Serra Seca**. A **igrexia de Santiago de Carucedo da Serra**, cunha imaxe de Santiago Peregrino. O **monte da Urdiñeira**, antigo asentamento prerromano. O **parque natural do Invernadeiro**, de profundos vales e cumes arredondados. Lonxe da ruta, ao norte, atópase o **mosteiro cisterciense de Montederramo** onde apareceu por vez primeira (ano 1124) a denominación **Riũa Sacra**. En Laza destaca, do mesmo xeito que en Verín ou Xinzo de Limia, o seu xenuino e ancestral **entroido** –que atrae cada ano a miles de visitantes– e a **igrexia de San Xoán Bautista** (1701).

## FECES-VERÍN > LAZA

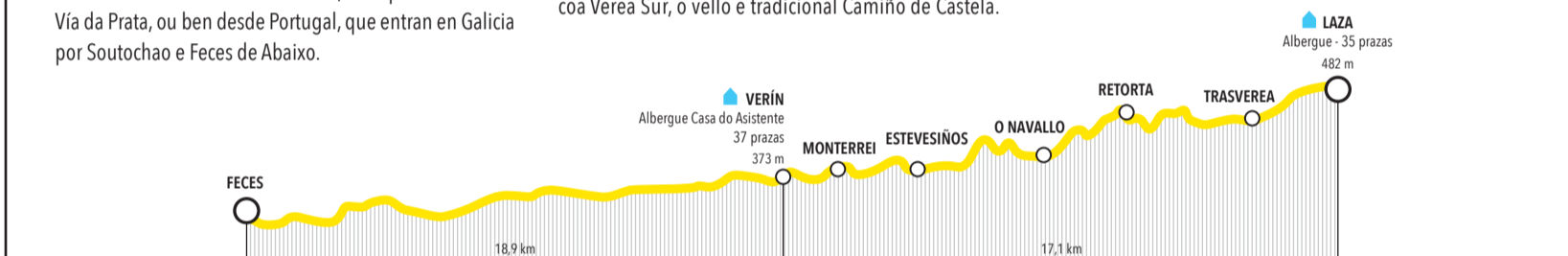
Alternativa - 36 km  
198,1 km a Santiago

- Verín é a capital municipal dun fermoso val na cunca alta do río Tâmega. É a vila máis importante do sur da provincia de Ourense e posúe unha notable riqueza monumental. Xunto co castelo de Monterrei configura unha grande encrucillada de camiños xacobeos, ben procedentes da Vía da Prata, ou ben desde Portugal, que entran en Galicia por Soutochao e Feces de Abaixo.

A dous quilómetros de Verín alzáse o castelo de Monterrei, un magnífico conxunto monumental con triplo recinto amurallado. O Camiño pasa polas súas inmediacións. O castelo aséntase sobre o antigo castro de Verín e de Barancell, no que se atoparon restos prerromanos e no que parece que existiu un recinto castrexo.

A ruta deixa logo atrás os lugares de Mixós, Estevesiños, Vences e Arcuellos, ata chegar ao núcleo de Retorta, aínda no val de Monterrei e xa no municipio de Laza; é entrada deste agardándonos un cruceiro e unha singular igrexa dedicada a santa Mariña, un dos poucos exemplos de arquitectura gótica no medio rural.

Pronto alcanzamos Laza. Aquí a ruta faise urbana e únese coa Vereia Sur, o vello e tradicional Camiño de Castela.



### QUE VER

En Verín: a **Casa do Asistente** –actual albergue de peregrinos– é o principal edificio barroco da vila; a **igrexia de Santa María a Maior**, presidida por unha imaxe do Cristo das Batallas; a **igrexia-convento da Mercé** (s. XVIII), cun magnífico retablo maior e maxestosa torre de campás de estilo barroco. O seu entroido está declarado Festa de Interese Turístico Nacional. O **castelo de Monterrei**, nas inmediacións do **Parador de Turismo**: a súa torre da **homenaxe** (s. XIV) preside a paisaxe da comarca. A **igrexia prerrománica de Mixós** (s. IX) conserva aras romanas nas súas absidas.

## XINZO DE LIMIA > ALLARIZ

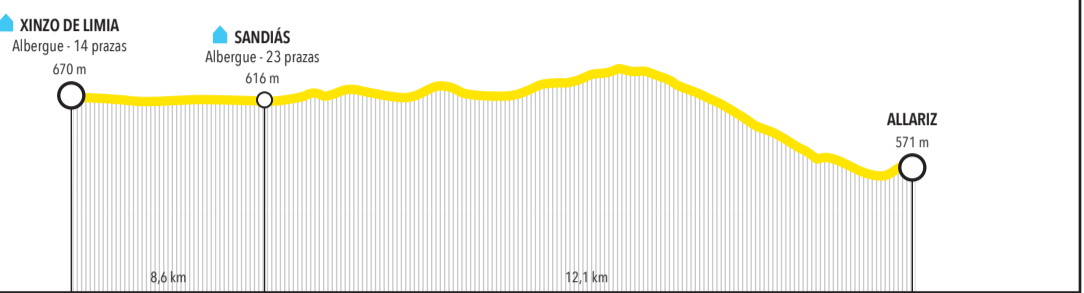
Itinerario por Verín - 20,7 km  
150,5 km a Santiago

- Continuamos ata Vilarinho das Poldras, Couso de Limia e Sandiás, pola extensa zona de concentración parcelaria no que foi a lagoa de Antela. Terra de pazos, de torres de antigos castelos que asoman no horizonte –seguimos nunha gran chaía, a única de certa amplitude de toda Galicia xunto coa Terra Chá lucense– e de antigas calzadas: en Sandiás puideron cruzarse a Vía Nova romana ou Via XVIII coa que daquela comunicaba Chaves (Portugal) con Lugo a través de Ourense.

Sandiás é capital de municipio. Quizais aquí se situou a antiga mansión romana Geminis da Vía Nova. As planicies

que a rodean foron escenario de importantes loitas entre nobres e irmandiños e tamén foi territorio en disputa con Portugal, que o invadiu en varias ocasións.

A ruta segue ata a localidade de Piñeira de Arcos, antes de cruzar o val que comunica con Allariz. Neste municipio, o peregrino pasa por Coedo, Outeiro de Torneiros, Paradiñas e Torneiros, antes de chegar á vila de Arnoia. Entre as súas igrexas románicas, a de **Santiago** ocupa o centro da vila: construída por Alfonso VI, foi templo de reis. Extranuro atópase o **convento de Santa Clara**, fundado por dona Violante, esposa de Alfonso X. No seu museo destacan a Virxe Abreideira de Marfil e a "Cruz de Cristal" (século XIII).

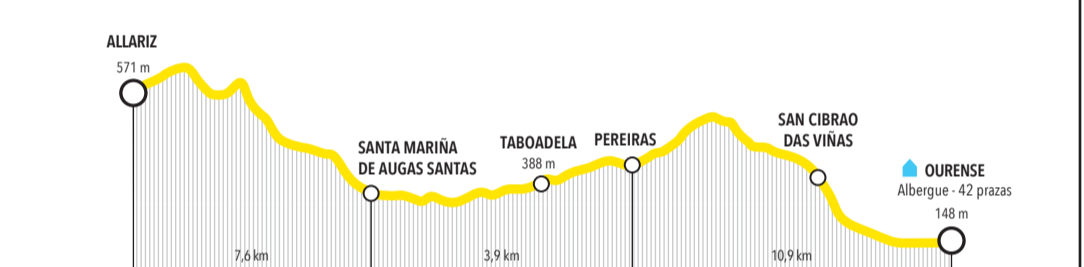
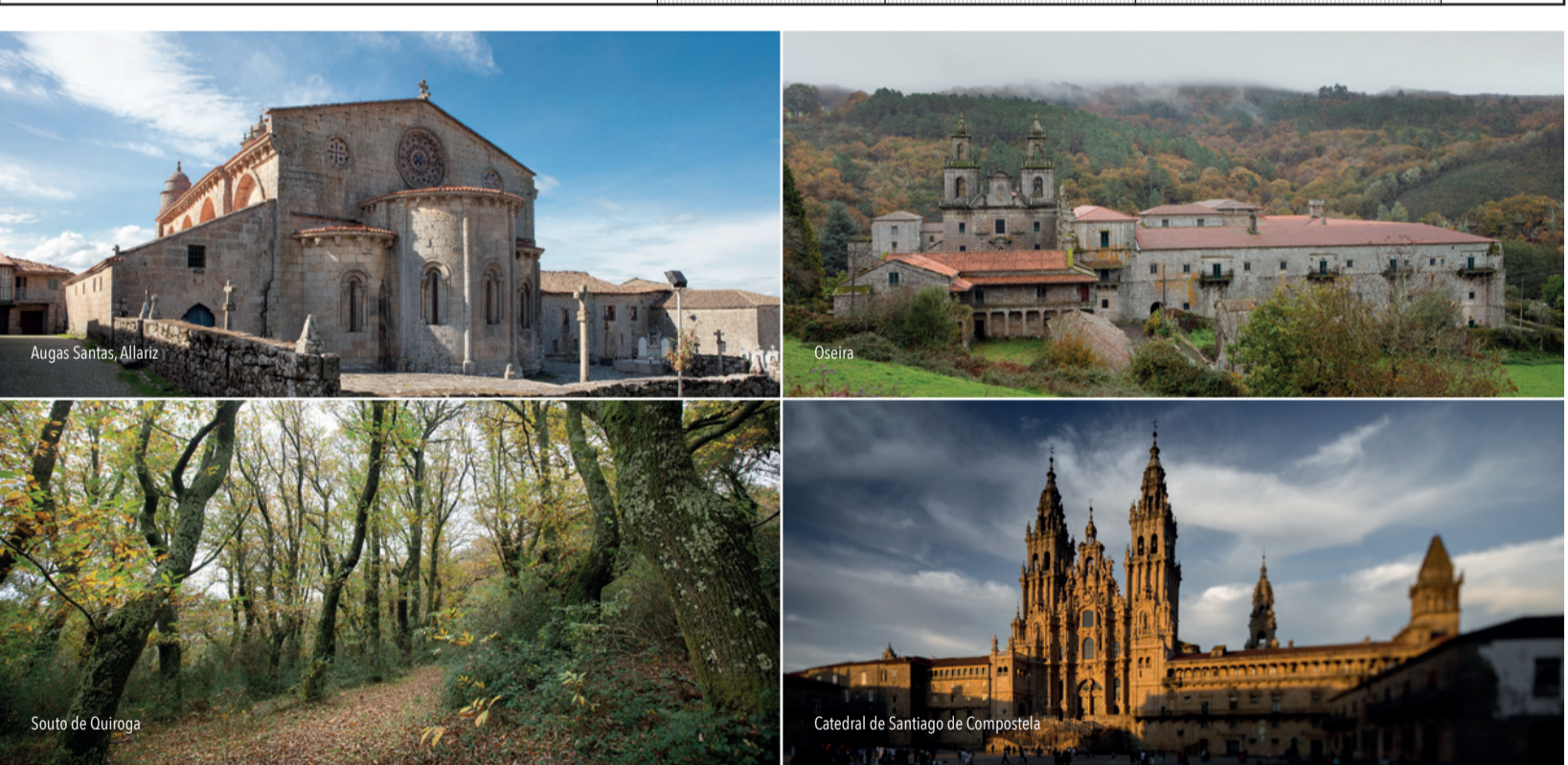


## ALLARIZ > OURENSE

Itinerario por Verín - 22,4 km  
129,8 km a Santiago

- Logo de Allariz, o peregrino continúa ata Frieira, cruza a parroquia de Santiago de Folgoso e pasa por Roiñz de Abaixo, Roiñz de Arriba, Rubiás, Os Espifeiros, Turzas e A Vila. Pequenas aldeas de extraordinaria cantería nas súas casas, aínda que moitas delas están abandonadas.

A uns 5 km de Allariz atópase Santa Mariña de Augas Santas, interesante conxunto –relixioso, etnográfico e arqueolóxico– e popular santuario. Santa Mariña foi unha mártir da época romana cunha vida na que se mestura a lenda, a tradición e a haxiografía, e un culto antiquísimo que chegou ata hoxe.



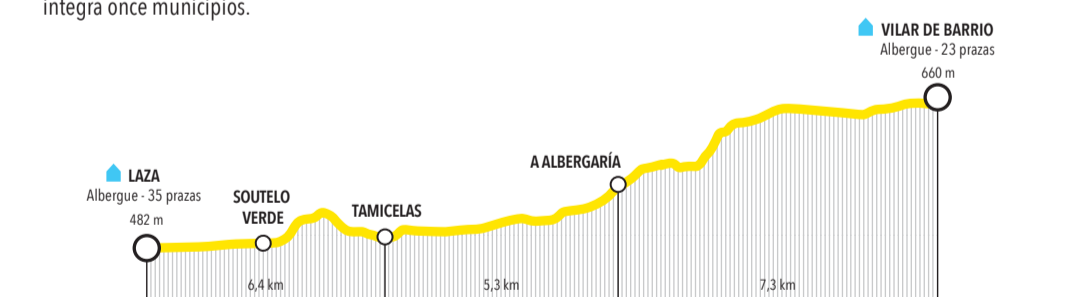
## LAZA > VILAR DE BARRIO

Itinerario por Laza - 19 km  
162,2 km a Santiago

- O peregrino debe remontar o curso do río Tâmega. A frecha amarela indica o paso por Soutelo Verde e Tamicelas e, tras unha forte subida, alcanzamos A Albergaría. En Santa María da Albergaría houbemos pousada para viaxeiros ademais dun hospital de caridade para peregrinos. A ruta deixa atrás as grandes panorámicas; vai escasa de árbores pero poboada polo deseño multicolor que proporcionan as uces. Agora ascendemos con forte pendente. Sorteamos prados e matogueiras, polas cimas destas terras altas e chás, ao pé do alto de Paradiña e o monte Talarín.

Axiña alcanzamos o municipio de Sarreaus e o cruzamento das parroquias de Paradiña e Codoseo; nesta última pasamos polo lugar do Veredo, claro topónimo camieiro. En Sarreaus nace o célebre río Limia, o río Leteo ou "río do esquecemento" para os gregos, que logo había cruzar o xeneral romano Décimo Xunio Bruto.

Descendemos ata Vilar de Barrio, onde culminaremos a etapa. Esta vila é capital municipal. No lugar de Santa María de Bóveda atópase a casa do Marqués de Bóveda de Limia, tabaleiro de Santiago, e tamén unha capela por el fundada no templo parroquial. Estamos en terras da Limia, extensa comarca central da provincia de Ourense que integra once municipios.



### QUE VER

A **igrexia parroquial da Albergaría** (s. XVII), que conserva tallas de Santiago e de san Miguel. A **capela da Albergaría**. A **casa grande do Marqués de Bóveda de Limia**. Son de especial beleza os **conxuntos de hórreos** (na Edeira, Penouzas, Vilar de Gomareite, etc.). A **aldea de Couso**, en Sarreaus, un exemplo de rehabilitación dun núcleo rural. A **igrexia e a ponte romana de Arnuidé** (a uns 5 km de Vilar de Barrio). A 12 km de Vilar de Barrio, o célebre santuario dos Milagres (monte Medo). **Fontes, lavadoiros, pozos ou canles de pedra** completan unha arquitectura popular moi xenuína en toda a zona.

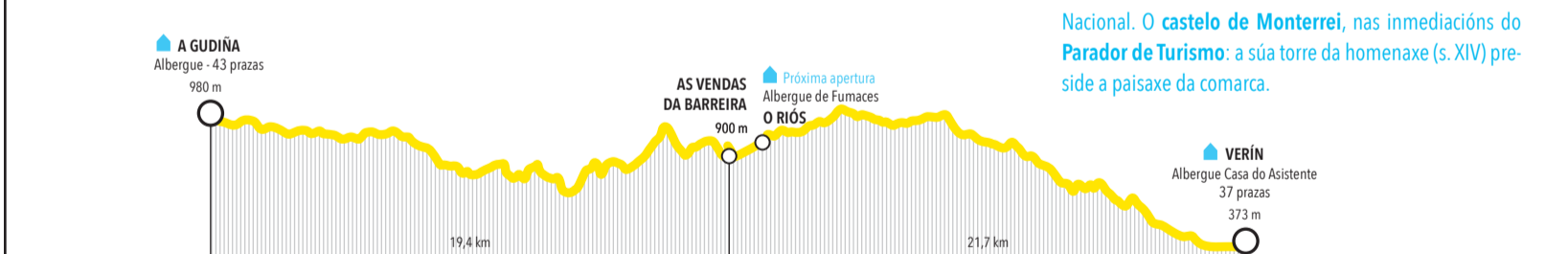
## A GUDIÑA > VERÍN

Itinerario por Verín - 41,1 km  
227,8 km a Santiago

- Na Gudiña, a Vía da Prata ten, como vimos, dous itinerarios: a Vereia Sur, que comunica con Laza-Vilar de Barrio-Ourense, ou o leste, denominado "itinerario de Monterrei", que nos leva por Verín, Xinzo e Allariz ata confluír na cidade de Ourense.

Esta ruta diríxese, en primeiro lugar, á parroquia de San Mamede de Pentes. Continúa cara ao Mente e O Navallo, no municipio do Riós, e chega á localidade das Vendas da Barreira. É un tramo de contrastes na paisaxe: pequenos vales fértiles nutridos polo río Mente combínanse con contornas arrasadas e de grandes panorámicas. Transitamos sempre preto da estrada nacional N-525 e da autovía A-52 (autovía das Rías Baixas).

Unha preciosa carballieira recibenos á saída das Vendas da Barreira. Imonos afastando das vías principais e pasamos por pequenas aldeas como Trasestrada ou Trasveera. Entre elas atópase a localidade de Sarreaus, onde o Camiño recibe o curioso nome de "Camiño da Misa".



### QUE VER

A **igrexia de San Lourenzo de Pentes** (s. XVIII-XIX). A **capela de San Mauro** nas Vendas da Barreira. En Verín: a **Casa do Asistente** –actual albergue de peregrinos–, que é o principal edificio barroco da vila; a **igrexia de Santa María a Maior**, presidida por unha imaxe do Cristo das Batallas; a **igrexia-convento da Mercé** (s. XVIII), cun magnífico retablo maior e maxestosa torre de campás de estilo barroco. O seu entroido está declarado Festa de Interese Turístico Nacional. O **castelo de Monterrei**, nas inmediacións do **Parador de Turismo**: a súa torre da **homenaxe** (s. XIV) preside a paisaxe da comarca.

## VILAR DE BARRIO > OURENSE

Itinerario por Laza - 35,9 km  
143,2 km a Santiago

- O Camiño continúa ata Vilar de Gomareite. Desde aquí leva o nome de Vereia de Santiago. É cómodo, largo, combina pavimento de pedra con zonas ás veces asolagadas no inverno

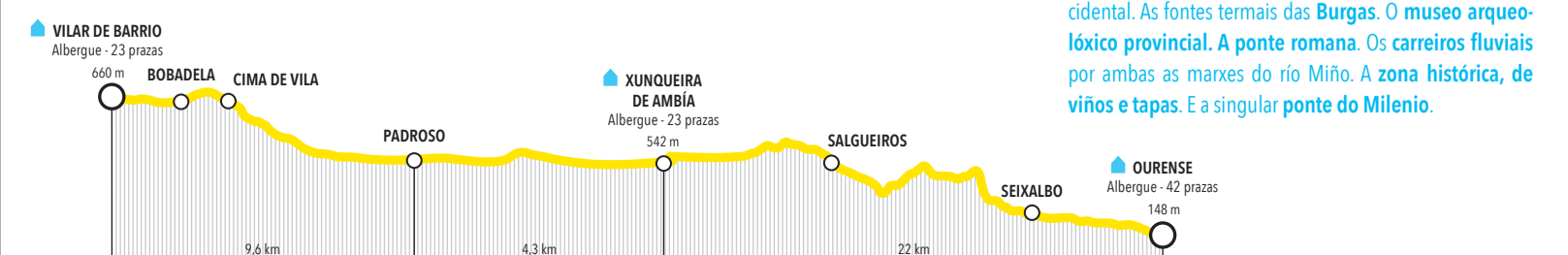
e na primavera. Alcanzamos o municipio de Xunqueira de Ambía. Pasamos pola parroquia de Sobradelo e cruzamos a vía romana XVIII ou Vía Nova, que unía *Bracara Augusta* (Braga) con *Asturia Augusta* (Astorga), e na que hoxe sorprenden os miliarios romanos conservados –columnas que sinalizaban a distancia de mil pasos.

A ruta segue ata Bobadela e Cima de Vila antes de entrar en Xunqueira de Ambía, importante centro espiritual en tempos medievais. Despois alcanzamos, entre outros, San Xillao, Vilanova e Os Casares. A continuación, o lugar de Gaspar (Baños de Molgas) e Pademe de Allariz, ata o municipio de Taboada e San Cibrao das Viñas, cun parque empresarial destacado en tecnoloxía.

Nas Pereiras o Camiño conflúe coa estrada de Ourense. A cidade agárdanos con todos os seus atractivos: a catedral preside o seu conxunto histórico-artístico; a urbe é capital do termalismo e destaca, ademais, polas súas paisaxes naturais bañadas polo Miño e a súa rica gastronomía.

### QUE VER

A **igrexia románica de Xunqueira de Ambía** (o seu claustro é gótico, do s. XVI). En Vilanova, as **casas brasonadas con cruces de ordes militares e cunchas de Santiago**. Na cidade de **Ourense**: a **catedral**, románica tardía, coa súa capela do **Santo Cristo**, o **retablo maior** –obra de Cornelis de Holanda– (s. XVI) e o seu "Pórtico do Paraíso", na entrada occidental. As **fontes termiais das Burgas**. O **museo arqueolóxico provincial**. A **ponte romana**. Os **carreiros fluviais** por ambas as marxes do río Miño. A **zona histórica**, de viños e tapas. E a **singular ponte do Milenio**.



## VERÍN > XINZO DE LIMIA

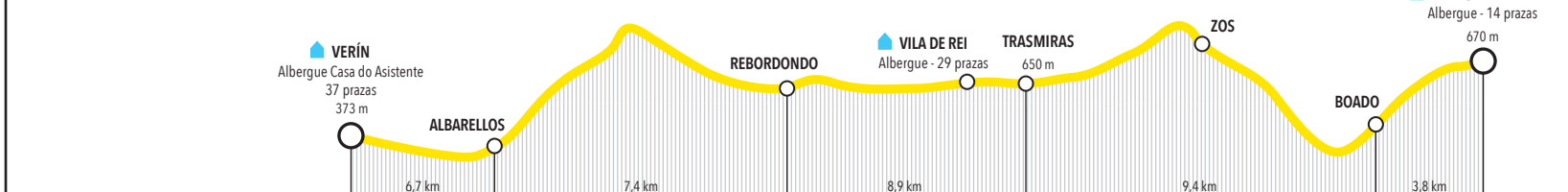
Itinerario por Verín - 36,2 km  
186,7 km a Santiago

- Deixamos atrás Monterrei; na bifurcación do castelo tomamos o camiño da esquerda, entre viñedos, piñeiros e xestas, e continuamos ruta ata a localidade de Albarellos. Infesta está a uns 4 km, no municipio de Cualedro. Pasamos polo val que baña o río Albarellos, decorado na primavera por grandes extensións ámbar de toxos, xestas e mimosas. Seguimos

ata Rebordondo, coa súa arquitectura tradicional de casas grandes e de cantería, e Penaverde, outra aldea xenuína.

Agora a paisaxe debúxase en cinco cerros cónicos que se erguen por enriba dos 800 m. O alto das Estivadas (849 m) agárdanos a continuación. Máis adiante, Vila de Rei e Trasiras (capital municipal). A arquitectura popular máis xenuína segue a definir estes tramos do Camiño. As localidades, chairegas, resistiron abertas aos ventos e ao rigor do sol que cae con dureza no estío. Ás veces semella máis unha paisaxe castelá que terra galaica. Por outra banda, nestes lugares, a concentración parcelaria dificultou a recuperación do trazo orixinal do Camiño de Santiago.

Os lugares de Zos e Boado preceden a Xinzo de Limia, o noso final de traxecto. Xinzo é o corazón da gran comarca da Limia.



## OURENSE > CEA

22,8 km  
107,3 km a Santiago

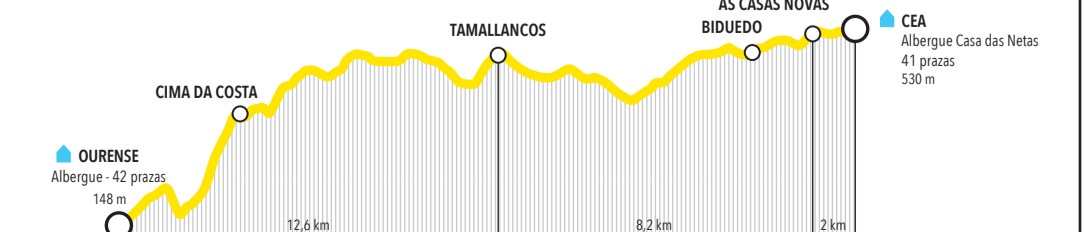
- A célebre ponte romana de Ourense é un magnífico inicio de etapa. Desde aquí, preséntanse dúas posibilidades de saída da cidade: unha pola Costiña de Caneado e outra por Cudeiro. Ambas comezan cunha forte subida e as dúas confluírán no lugar das Casas Novas (Cea).

A primeira –Costiña de Caneado– segue a dirección do río Miño pola súa marxe dereita (estrada N-120) e continúa ata Quintela, Liñares, Cimadevila, Mandráns e Pulledo. A segunda ascende ata a aldea de Cudeiro, nun fermoso alto, con boas vistas e con tramos de Camiño Real que manteñen un xenuino e antigo empedrado. Pronto alcan-

zamos Santallados, con tramos de asfalto e casas diseminadas, e Tamallancos (municipio de Vilamarín). No lugar de Sobreira hai un desvío que conduce ao pazo-castelo de Vilamarín.

En Ponte Sobreira cruzamos o río Barbantiño por unha preciosa e histórica ponte de pedra e entramos en Faromtaos de Pereda, xa no municipio de Cea, Bidualdo e As Casas Novas, onde se unen ambas os dous itinerarios, sempre ao pé da N-525. Nas Casas Novas recibenos un decorado con fonte, bordón e cabaza.

A uns dous quilómetros está o núcleo de San Cristovo de Cea, famoso polo seu saborroso pan de trigo e polo seu valioso conxunto etnográfico.



### QUE VER

Conxunto de casas tradicionais da aldea de **Cudeiro**. O **pazo de Sobreira**. O **pazo-castelo de Vilamarín**, antiga fortaleza residencial dos condes de Ribadavia, construída tras a súa destrución parcial nas guerras irmandiñas do s. XV. En Cea, as súas **casas tradicionais**, fornos comunais, hórreos e alpendres. É o célebre **pan de trigo do país**, dos mellores de Galicia e único con denominación xeográfica protexida. A **igrexia románica de San Facundo**, nas proximidades de Cea, construída a partir de 1206, custodiada as reliquias dos santos Facundo e Primitivo ata que foron trasladadas á catedral de Ourense.

## CEA > DOZÓN

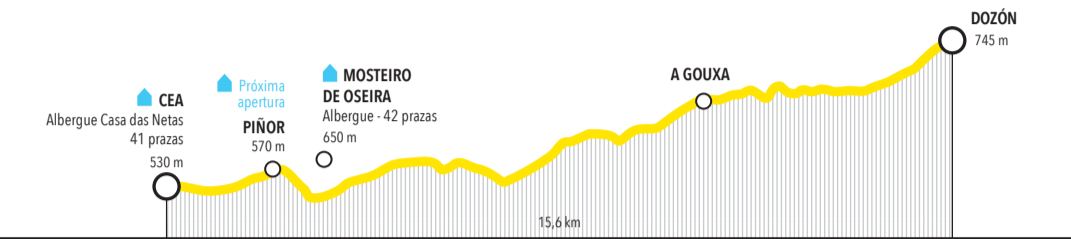
15,6 km  
84,5 km a Santiago

- O Camiño arrinca ao pé do santuario da Saleta (construído en 1908) e continúa pola estrada de Oseira. Desde Cea temos dúas posibilidades: escoller o itinerario máis curto ata Dozón, por Piñor, ou ben tomar a variante ata o magnífico mosteiro de Oseira, cenobio cisterciense con gran tradición de acollida a peregrinos cuxa vida en comunidade se iniciou en 1137.

O tramo Cea-Oseira ten uns 10 quilómetros, a través de Cotelas, San Mamede da Canda, Freás e Pieleas. É un atractivo percorrido con grandes tramos de monte –ás veces

con certa dificultade– que nos permiten gozar da natureza en plena soledade. O regreso a Dozón ten 9 km, a través de Mirallos, Carballeda e Coiras de Abaixo.

Se nos decidimos pola primeira opción, continuaremos desde Piñor ata Arenteiro, O Reino e Carballeda, localidades tipicamente ourensás con abundancia de pedra nas súas casas e casaríos. Desde Carballeda conectaremos en varias ocasións coa estrada N-525. A ruta regálanos acolleridas paisaxes boscosas e bonitas corredoiras entre carballos, intercaladas por vales e vexetación espontánea de toxos e silveiras. Así ata o núcleo do Castro de Dozón, pequena vila e capital de municipio.



### QUE VER

A **igrexia de San Pedro de Vilanova de Dozón**, xoia do románico galego do século XII. O **santuario mariño de Pena de Francia**, visitado por moitosromeiros cada primeiro domingo de outubro. No **mosteiro de Oseira** destaca a súa **igrexia do século XII**, unha das máis perfectas realizacións do románico galego, inspirada na planta da catedral de Santiago e que posúe un interesante conxunto de retablos e pintura mural barrocos. O cenobio tamén destaca polos seus tres claustros e polas fachadas, tanto da igrexa como do mosteiro, que constitúen un sabio compendio de arquitectura renacentista e barroca.

## DOZÓN > BENDOIRO

18,4 km  
68,9 km a Santiago

- Saimos do Castro pola proximidade da igrexa ata alanzar o alto de Santo Domingo. Estamos a 736 m de altitude e son estas terras frías con nevres frecuentes nos meses máis duros. A toponimia que nos sae ao paso recolle un pasado prerromano: Mámoa de Xandín ou Mámoa do Castro. Camiñamos por terras altas, solitarias e nuas de vexetación. Ata que comezamos o rápido descenso ata o leito do río Deza, en Pontenoufe.

Estamos xa no municipio de Lalín. Alcanzamos Puxallos e A Xesta; logo vanse sucedendo pequenas aldeas como Ca-

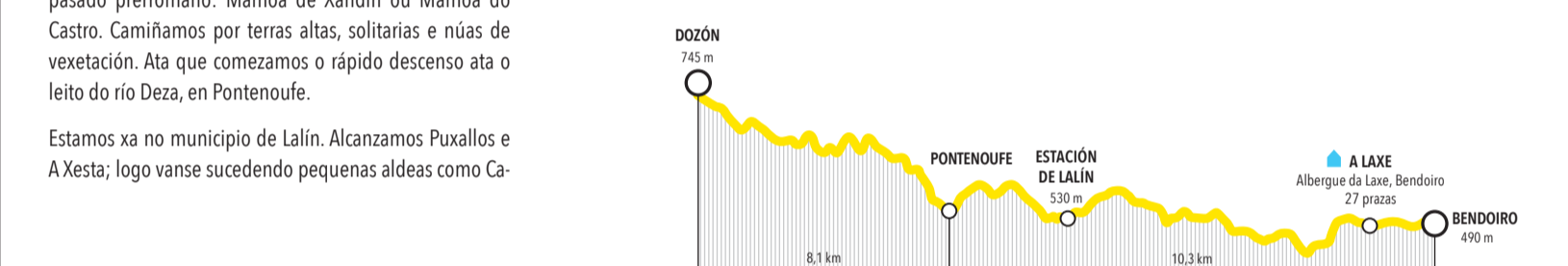
rrás, Medelo ou Mesón de Cuñarro, esta na área de Botos. Seguimos un Camiño Real, noutro tempo con mesóns e pousadas, e que hoxe aínda mantén algo daquel espírito.

A localidade de San Xoán de Botos, patria do ilustre pintor Laxeiro, aparece pouco despois. Donsión, a singular aldea, é un fermoso lugar no que se alza unha magnífica igrexa barroca. A 4 km de Donsión atópase a vila de Lalín, capital da comarca do Deza e puxante núcleo empresarial do interior de Galicia.

E desde Donsión ata Bendoiro camiñamos por Fondevila e Empedrada. Na Laxe sitúase o albergue.

### QUE VER

A **capela de Santo Domingo**, no alto homónimo, levantada en honor a Santo Domingo de Guzmán. A **capela de San Roque** en Puxallos e a **capela da Virxe de Fátima na Xesta**. A **igrexia barroca de Donsión**. A **igrexia parroquial de Bendoiro**, dos ss. XVII e XVIII, e cruceiro. A **igrexia románica de San Martiño**, en Lalín, que formou parte dun mosteiro fundado no s. X. Desviándose do Camiño, na parroquia de Santiago de Cateós (Lalín), no lugar de Quintela, alzáse un bosque de castiñeiros chamado **souto de Quiroga**, cos exemplares desta especie máis altos de Europa, algúns de máis de 30 m.



## BENDOIRO > OUTEIRO

33,8 km  
50,5 km a Santiago

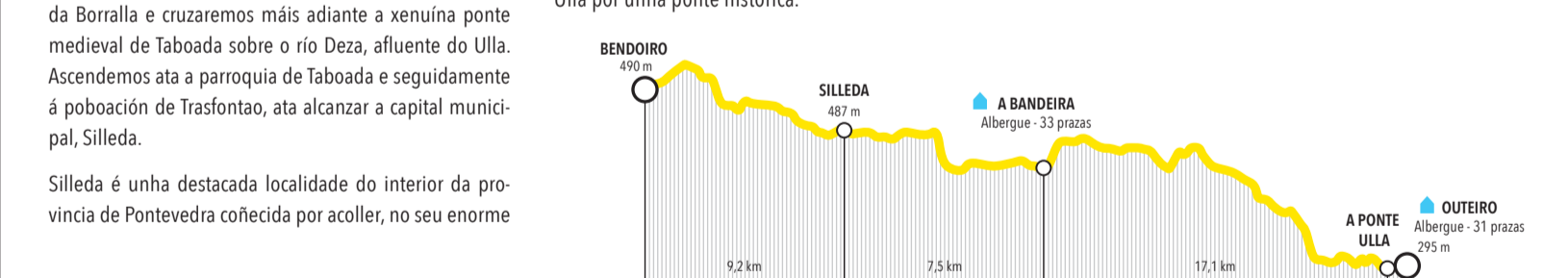
- Percorremos os primeiros metros pola estrada N-525. Entramos en Vilaso e alcanzamos Prado –desde onde podemos visitar, a través un desvío, o santuario mariño do Corpiño–. De volta ao Camiño, pasamos polo lugar da Borralla e cruzaremos máis adiante a xenuína ponte medieval de Taboada sobre o río Deza, afluente do Ulla. Ascendemos ata a parroquia de Taboada e seguidamente á poboación de Trasfontes, ata alcanzar a capital municipal, Silleda.

Silleda é unha destacada localidade do interior da provincia de Pontevedra coñecida por acoller, no seu enorme

pavillón feiral, a "Semana verde de Galicia" e a feira internacional do turismo "Turexpo".

De Silleda o noso itinerario sae por camiño de terra á esquerda da N-525. O Foxo e Chapa serán os dous núcleos próximos. Seguimos ata A Bandería, A Codeseira, Piñeiro e Castrovite (municipio da Estrada).

Continúa a ruta ata Santa María de Lomil, Os Casares, As Carballas, Santo Estevo de Oca –famoso polo seu pazo, coñecido como "o Versalles galego" pola espectacularidade dos seus xardíns–, Valboa, Arnois, A Calzada e A Veiga. Entra no municipio de Vedra (e con el na provincia da Coruña) pola Ponte Ulla, atravesando a canle do río Ulla por unha ponte histórica.



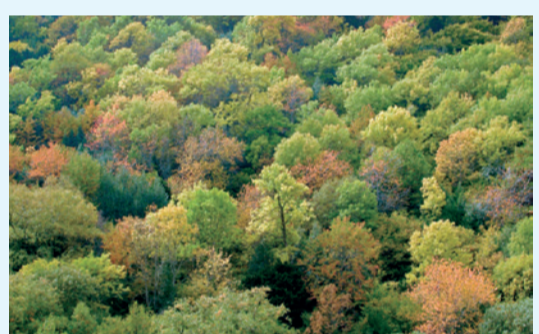
MÁIS ALÁ DO CAMIÑO... VÍA DA PRATA OU CAMIÑO MOZÁRABE ->

Chegaches a Compostela. Garda agora as botas da túa peregrinación e convértele nunha persoa viaxeira, curiosa, sensible e activa. Volve sobre os teus pasos...



Pena Treviña, A Veiga

No extremo norte da provincia de Ourense, nada máis entrar en Galicia, unha paisaxe singular chamará a nosa atención: a Serra da Enciña da Lastra.



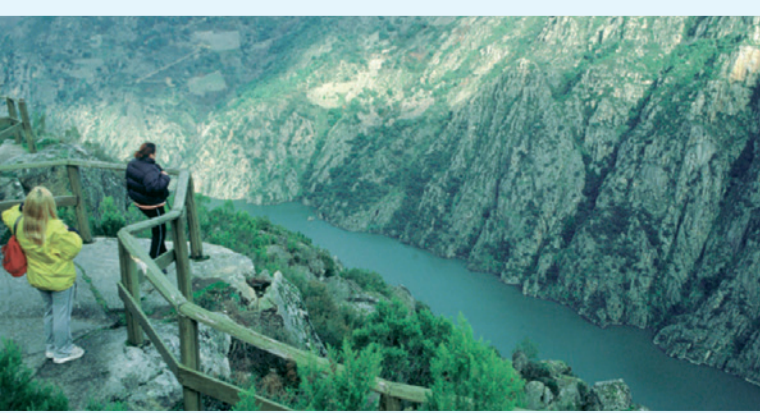
O Teiradal de Casio, Carballeira de Valdeorras

Seguimos polo norte da provincia ourensá; aquí alzáse o teito de Galicia: Pena Treviña, con 2.124 m de altitude.

Pasear entre viñedos é unha oportunidade única arredor da Vía da Prata, pois dúas importantes denominacións de orixe teñen por estes lares o seu territorio: a D. O. Valdeorras e a D. O. Ribeira Sacra.

En Valdeorras, o caudaloso río Sil atravesa a bisbarra, marcando vales e montañas. A lousa coroa os tellados, e da terra vermella e axilosa medra unha vide cunha forte personalidade.

Hotéis, casas e pazos ofrecen un acochado xenuíno en toda a comarca. Desde eles poderemos planificar unha visita obrigada a algunhas das bodegas tradicionais.



Miradoiro dos Torgas (Baixos de Madrid), Parada de Sil



A Falcoteira, O Bolo

E de Valdeorras, á bisbarra da Ribeira Sacra, un corazón que bombea vida polos ríos Miño e Sil, entre as provincias de Ourense e Lugo.



Balneario de Lalas, Cende

No ano 2003, esta Ribeira sagrada foi designada polo Consello de Europa "Itinerario de Interese", e agora é unha firme candidata a Patrimonio da Humanidade.

Aproveitemos a simbiose entre enoturismo e termalismo no corazón de Galicia. Nas terras do Ribeiro e O Carballiño podemos gozar da Vila Termal e Balneario de Lalas, o Gran Balneario do Carballiño ou de Partovia.

En esta provincia tamén resisten os entroidos de ciclo máis longo (un mes enteiro antes da Coresma) e os máis xenuíno de toda Europa.

E tras o entroido, os santuarios máxicos para a reflexión e a arte, como o de Nosa Señora do Faro, en Chantada, Nosa Señora do Corpiño, en Lalín; Santa María a Real de Oseira, no municipio de San Cristovo de Cea; ou o mosteiro de Carboeiro, en Silleda.



Cidade da Cultura, Santiago de Compostela

Os ríos brindannos enormes posibilidades naturais, culturais e deportivas. Xa falamos dos dous maiores, Miño e Sil, pero na nosa proposta tamén nos sae ao paso o curso do río Ulla, ao pé do Pico Sacro; así, facer rafting (descenso en balsa pneumática) por este río constitúe unha das experiencias máis activas das que se pode gozar.

E agora, a Compostela secreta: porque hai outro Santiago máis alá da súa zona monumental única, da súa xenuína gastronomía, ou do animado ambiente cultural. É un novo Santiago, conectado coa natureza e o lecer, presidido polos seus poéticos ríos Sar e Sarela, e os suaves montes que os protexen. Os novos paseos polo río Sar abrense ante nós, ao leste da cidade -na zona coñecida como As Brañas do Sar-, xunto á subida e a través de sendeiros polo novo Bosque de Galicia.

VÍA DA PRATA OU CAMIÑO MOZÁRABE ->

A Vía da Prata une o espírito sureño das terras andaluzas e estremeñas coa fisteria gallega. Prolonga a calzada romana denominada Vía da Prata, que unía Emerica Augusta (Mérida) con Asturica Augusta (Astorga).

O termo "Vía da Prata" non ten que ver coa explotación ou comercio deste mineral precioso, senón que procede do árabe Ba'fatta, que é a palabra coa que os musulmáns designaron aquela ampla vía pública empedrada e de sólido trazado pola que se encamiñaban cara ao norte cristián.

Por esta ruta avanzou Almanzor coa súa infantaría contra Santiago en agosto do 997. E por ela, disque, regresaron de Córdoba a Compostela as campás da catedral que levará canda el naquela ocasión e que tivo que devolver.



PLANO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA LUGARES XACOBEOOS ->

- 1 Catedral de Santiago de Compostela
2 Hospital Real (hoxe, Hostal dos Reis Católicos)
3 San Martiño Pinario
4 Retorador da USC
5 Pazo de Raxoi
6 Convento de San Francisco e monumento de San Francisco, do escultor Assery
7 Igrexa de San Fruitoso e lugar do antigo cemiterio de peregrinos
8 San Domingos de Bonaval
9 Porta do Camiño
10 Igrexa de Santa María do Camiño
11 Praza do Campo (hoxe, de Cervantes) e igrexa de San Bieito do Campo
12 Igrexa de Santa María Salomé
13 Porta de Mazarelos
14 Fonte de Santiago, Rúa do Franco
15 Igrexa de Santa Susana
16 Igrexa do Pilar
17 Praza das Praterias e Museo das Peregrinacións e de Santiago
18 Santa María a Real de Sar
19 Santa María de Conxo
20 Monte do Gozo
21 Capela de San Paio do Monte (O Pedroso)
Centro Internacional de Acollida ao Peregrino: Centro de Documentación e Información do Camiño
Información
Oficina de Peregrino: 981 568 846



VÍA DA PRATA OU CAMIÑO MOZÁRABE



CONSELLOS ÚTILES PARA PEREGRINOS

- CRENCIAL DO PEREGRINO: É un documento no que se van cuñando os selos dos lugares polos que se pasa e que servirán para obter a "Compostela" (documento do Cabido que certifica a realización da peregrinación por motivos relixiosos ou espirituais).
TARXETA SANITARIA: Os peregrinos españois deben viaxar sempre coa tarxeta sanitaria.
PERSOAS CON DISCAPACIDADE: Ademais das recomendacións xerais, o peregrino debe ter en conta estas: Informarse antes de saír das dificultades que pode atopar un peregrino con discapacidade e das condicións de accesibilidade dos distintos servizos que se atopan no Camiño de Santiago.
SE VIAXAS CON ANIMAIS: Asegúrate de ter en garda as vacinas e desparasitacións, correctamente recollidas no caderno sanitario co que se debe viaxar.

Antes de comezar a peregrinación

- Realiza unha preparación física previa, tendo en conta que debes planificar as etapas en función das túas posibilidades, dosificando o esforzo e facendo descansos máis ou menos frecuentes ou longos dependendo das características físicas de cada un.
Unha vez iniciada a marcha non camións moi rápido os primeiros días e mantén o mesmo ritmo.
É fundamental o coitado dos pés co fin de previr as bochas; para iso leva calzado cómodo e usado, é aconsellable levar dous pares, ou con sola de goma grosa e lixeira; os calcetins deben ser adaptados e de boa transpiración.
Para repoeñer forzas durante o camiño come alimentos moi enerxéticos (fritos secos, figos, chocolate, etc.).
Na equipaxe debes levar sacos de dormir, unha navalla multiusos, unha lanterna, un teléfono móbil, e unha pequena caixa de medicamentos.
A caixa básica de urxencias (alcohol, gasa, esparadrappo de seda, Betadine, apósitos, crema de protección auga, agulla e fío para a cura das bochas, tesoura pequena, non esteamos seguros. Para previr deshidratacións recoméndase unha inversión mínima diaria de 2 litros de auga. Existen no mercado bebidas isotónicas cuxa composición en sales de sodio e potasio poden axudar a un adulto san.