

ESPAÑOL / ENGLISH



CAMINOS DE SANTIAGO

AVENTÚRATE Y SIENTE



Edita: Turismo Rías Baixas - Diputación de Pontevedra

Fotografías: Archivo Turismo Rías Baixas

Diseño y Maquetación: Anónimo Advertising

Depósito Legal: VG 408-2017



DEPUTACIÓN
PONTEVEDRA





**Tú no haces el Camino,
el Camino te hace.**

You don't complete the Way...
the Way completes you.

CAMINOS DE SANTIAGO **RÍAS BAIXAS**

Podemos decir sin duda alguna que el Camino de Santiago es la ruta más antigua, más concurrida y más conocida de Europa. Es todo un emblema y su fama se debe no solo a sus numerosas y diferentes rutas, sino también a su carácter espiritual y aventurero, que reúne a peregrinas y peregrinos, caminantes o simples trotamundos bajo una misma misión: llegar a Santiago de Compostela.

The Way of Saint James is, without a doubt, the oldest, most frequented and best-known route in Europe. It is a symbol, and its fame has been built not only on its large number of routes, but on its spiritual and adventurous nature, which brings together pilgrims, travellers and globetrotters under a single mission: to reach the town of Santiago de Compostela.



DEPUTACIÓN
PONTEVEDRA



X riasbaixas



ÍNDICE / INDEX

- Pág. 6 **El Camino Portugués**
The Portuguese Way
- 10 **Camino Portugués por la costa**
The coastal Portuguese Way
- 14 **Camino de Invierno**
The Winter Way
- 16 **Camino Sanabrés o Vía de la Plata**
The Mozarabic Way or The Silver Route
- 18 **Ruta del Mar de Arousa y del Río Ulla**
The route of the sea of arousa and the river ulla
- 22 **Información de interés para peregrinos y peregrinos**
Useful information for pilgrims



El Camino Portugués

Dificultad: media-baja

Longitud: 118,6 km

Es el camino trazado para acceder a Galicia desde tierras portuguesa. Adquirió gran relevancia a partir del siglo XII, tras la independencia de Portugal, y estableció conexiones culturales, económicas y espirituales de grandísima importancia. Esta ruta asentó una gran devoción jacobea por vías y caminos antiguos, como la Vía XIX, que se construyó en el siglo I y fue una de las calzadas romanas más importantes que vertebró Gallaecia.

The Portuguese Way

Difficulty level: moderate-easy

Length: 118.6 km

This route, which reaches Galicia by way of Portugal, became particularly relevant in the 12th century following Portugal's independence, and served to establish important cultural, economic and spiritual bonds between both countries. Moreover, it inspired a sense of devotion to Saint James along the old routes and roads, such as Roman Road XIX, which was built in the first century and became one of the most important ones to cross Gallaecia.



DEPUTACIÓN
PONTEVEDRA

X riasbaixas

Etapa Tui – O Porriño (18,3 km)

Tui es una pequeña ciudad fronteriza donde podrás descubrir la fascinante catedral de Santa María de Tui, punto de entrada a As Rías Baixas por este camino. Aquí también se encuentra uno de los elementos más importantes de esta ruta, el puente de San Telmo, también apodado Ponte das Febres, célebre por su arquitectura y por ser el lugar donde San Telmo enfermó de fiebre en 1251.

El camino sigue en dirección a O Porriño envuelto en la serenidad del rural gallego, cruzando cautivadores ríos, valles y lugares emblemáticos.

Etapa O Porriño – Redondela (15,6 km)

O Porriño es el pueblo natal del arquitecto de As Rías Baixas Antonio Palacios, donde están algunas de sus obras: el pazo de la casa consistorial, la fuente del Cristo, la Botica Nova o el templete de San Luis.

En los últimos metros del tramo, a su paso por el municipio de Mos, se encuentra el miliario de Santiaguíño de Antas, que data del siglo II y formaba parte de la Vía XIX, que, además de ser un indicador de millas romanas, era un lugar de prácticas supersusticiosas.

El camino se adentra en Redondela, en donde es posible divisar la ensenada de San Simón en la ría de Vigo, que nos ofrece una estampa idílica.

Stage: Tui – O Porriño (18.3 km)

The journey begins in Tui, a small border town where you can discover first-hand the fascinating Santa María de Tui Cathedral, this route's entry point to As Rías Baixas. This town is also home to one of the way's most important architectural elements, San Telmo Bridge, which is popularly known as Ponte das Febres (bridge of fevers) because here Saint Telmo fell ill with fever in 1251.

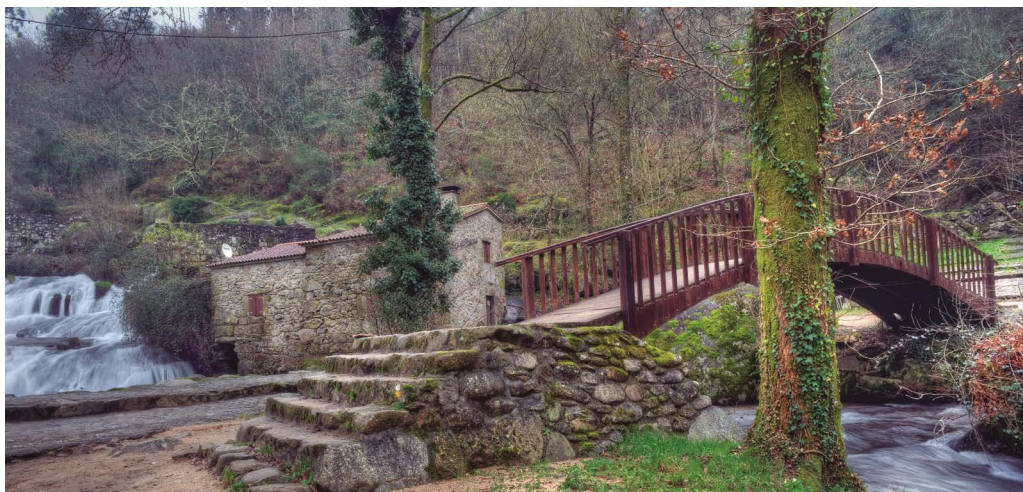
From here, the route continues towards the town of O Porriño through the peaceful Galician countryside, crossing rivers, valleys, and emblematic places that will easily win you over.

Stage: O Porriño – Redondela (15.6 km)

O Porriño is the hometown of the renowned architect from As Rías Baixas Antonio Palacios. Here, we find some of his works: the town hall, the Cristo Fountain, the pharmacy Botica Nova or the Templete de San Luis (a former entrance structure to a Madrid underground station).

In the last section, in the municipality of Mos, you will find the Miliario de Santiaguíño de Antas, a Roman milestone dating back to the 2nd century and that used to be part of the Roman Road XIX, which was also used as a place for worship.

Once in the town of Redondela, you can enjoy a stunning view of the San Simón Cove on the coastal inlet Ría de Vigo.



Etapa Redondela – Pontevedra (18,2 km)

Redondela está en plena ría de Vigo; en su centro emergen las islas de San Simón y Santo Antón, y bajo sus aguas yacen los restos de los galeones de la batalla de Rande (1702). Tras atravesar esta interesante zona llegarás a Ponte Sampaio, donde se encuentra el histórico puente medieval en el que se desató la batalla de Ponte Sampaio en 1809, durante la guerra de la Independencia, y donde las tropas del general Ney derrotaron a los franceses.

Continuarás por evocadores y milenarios caminos empedrados, con tramos de la propia Vía XIX, hasta llegar a la capital de la provincia: Pontevedra.

Etapa Pontevedra – Caldas de Reis (23 km)

Pontevedra es una preciosa ciudad declarada conjunto histórico-artístico y enmarcada en una antigua zona amurallada. Lo mejor que puedes hacer es perderte en sus calles, por la zona antigua de la ciudad, y disfrutar de las casonas, los pazos, las plazas y sus pequeños

Stage: Redondela – Pontevedra (18,2 km)

Redondela is located in the middle of the coastal inlet Ría de Vigo, from where you can see the islands of San Simón and Santo Antón, and below its waters lie the remains of Spanish galleons sunk during the Battle of Vigo Bay (1702). After passing through this interesting area, you will reach Ponte Sampaio, where the famous Battle of Ponte Sampaio took place in 1809, during the Spanish War of Independence, and where General Ney's troops defeated the French.

The Way continues over thousand-year old evocative cobble-stoned roads, sometimes passing through sections of the Roman Road XIX itself, until reaching Pontevedra, the capital of the province bearing the same name.

Stage: Pontevedra – Caldas de Reis (23 km)

Pontevedra is a charming town, listed as a Historic-Artistic Site by the Spanish Government and boasting an old walled quarter. The best thing you can do is to wander through the streets of the old town, enjoying its palaces, *pazos* (manor houses), squares and



rincones. Te recomendamos visitar la iglesia de la Virgen Peregrina, joya del Barroco, que tiene planta en forma de vieira y es el símbolo del Camino Portugués a Santiago de Compostela.

Tras cruzar el río Lérez por el puente de O Burgo, dejarás atrás la capital de As Rías Baixas y te adentrarás en una zona de bosques, prados y viñedos. Antes de llegar a Caldas de Reis, en el municipio de Barro, podrás visitar y disfrutar en A Barosa, un área recreativa en la que destaca el conjunto de molinos que se extienden junto a la cascada del río Agra.

A continuación, se alternan tramos de senderos hasta llegar a las puertas de Caldas de Reis.

Etapa Caldas de Reis – Padrón (18,7 km)

Ya en Caldas de Reis podrás disfrutar de su larga tradición termal, que proviene de la mismísima época romana. Las aguas de este entorno tienen una composición que les confiere propiedades curativas, algo que las peregrinas y peregrinos agradecen al sumergir sus pies en la burga precursora del turismo termal en la calle Real.

El Camino a su paso por Caldas de Reis cruza el puente medieval sobre el río Bermaña y asciende por la calle San Roque para dejar atrás el centro de Caldas de Reis.

Al llegar a Valga, disfrutarás de bosques bañados por aguas del río Valga y salpicados de molinos, y de las vistas al valle del río Ulla. Una vez en Pontecesures, encontrarás el puente romano del siglo I que divide las provincias de Pontevedra y A Coruña.

Última etapa: Padrón – Santiago de Compostela (24,8 km)

En la provincia de A Coruña ya se respira a Compostela. Cuando llegues a la catedral, deberás entrar por la plaza de Platerías.

hidden spots. A must-see is Virxe Peregrina Church, a masterpiece of baroque architecture, with a scallop-shaped floor plan, symbol of the Portuguese Way to Santiago de Compostela.

As you move away from the capital of As Rías Baixas, by crossing O Burgo Bridge over the River Lérez, you enter an area dotted with woods, meadows and vineyards. Before arriving in Caldas de Reis, in the village of Barro, you can relax at A Barosa, a recreation area with mills all along the River Agra Waterfall.

Then, after following several trails you reach the town of Caldas de Reis.

Stage: Caldas de Reis – Padrón (18,7 km)

And in Caldas de Reis, you can partake in the long-standing tradition of bathing in hot springs, which dates back to the Roman period. These waters have curative properties, something that a pilgrim's feet will greatly enjoy in the *burga* (hot spring) at this tourist destination in the street Rúa Real.

In Caldas de Reis, cross the medieval bridge over the River Bermaña, and then continue along the street Rúa de San Roque to leave the centre of Caldas de Reis as you go uphill. Once in Valga, cross woodlands by the River Valga, surrounded by windmills, and enjoy views over the River Ulla Valley. In the town of Pontecesures, a first century Roman bridge spans the River Ulla, dividing the provinces of Pontevedra and A Coruña.

Last stage: Padrón – Santiago de Compostela (24,8 km)

When you arrive in the province of A Coruña, you are about to reach Santiago de Compostela, where you will enter the Cathedral through the square Praza de Praterías.



El Camino Portugués por la costa

Dificultad: media-baja
Longitud: 162,8 km

El Camino Portugués por la Costa es una travesía que antaño usaban los viajeros de ultramar que se dirigían a Compostela. Este pintoresco camino se inicia en Oporto y discurre en su mayor parte siguiendo la línea del océano Atlántico hasta que en Redondela abandona la costa para unirse al Camino Portugués central.

Una de las curiosidades de este camino es que las y los peregrinos, para poder entrar en España desde Portugal, tienen que cruzar el río Miño en barco; un bonito trayecto que parte de la localidad portuguesa de Caminha hasta llegar al municipio gallego de A Guarda.

The Coastal Portuguese Way

Difficulty level: moderate-easy
Length: 162.8 km

The Coastal Portuguese Way is a journey along the coastline that once upon a time was used by overseas travellers heading to Santiago de Compostela. This picturesque route begins in the city of Porto and, for the most part, sticks to the Atlantic coast until reaching the town of Redondela, where it heads inland to link up with the central Portuguese Way.

One of the unique aspects about this route is that in order to cross from Portugal into Spain, pilgrims must traverse the River Miño by boat, setting off from the Portuguese town of Caminha and arriving in the Galician municipality of A Guarda



DEPUTACIÓN
PONTEVEDRA



riasbaixas

Etapas A Guarda – Oia (16,7 km)

A Guarda es la entrada a Galicia. Este municipio ha crecido en la falda del imponente castro de Santa Trega, principal valor turístico e histórico de la localidad del siglo IV a. C., que ofrece una magnífica panorámica de la desembocadura del río Miño.

El camino continúa por el municipio de O Rosal, donde la gran fertilidad y particularidad del terreno se ve reflejada en los célebres vinos de Denominación de Origen Rías Baixas. A partir de aquí, encontrarás un rico patrimonio etnográfico, como los molinos de O Folón y O Picón, hasta llegar a la localidad de Mougás, en Oia.

Etapas Oia – Baiona (18,6 km)

Al llegar a Oia por la línea costera, con el océano a la izquierda, encontrarás el monasterio de Santa María de Oia, fundado en el año 1137, que ayudó a la defensa de la costa debido a su estratégico emplazamiento.

Oia también alberga desde parajes naturales como As Pozas, donde el agua ofrece un estupendo espectáculo en su recorrido, hasta importantes restos de una fortificación, como el castro de A Cabeciña. Siguiendo el curso de la costa te adentrarás en Baiona pasando por cabo Silleiro, donde las vistas a las islas Estelas y Cíes te dejarán sin aliento.

Stage: A Guarda – Oia (16,7 km)

A Guarda is the gateway to Galicia. This municipality has evolved on the slope of Santa Trega Hill, where you can visit one of Galicia's best-preserved Castro-Roman villages dating back to the fourth century B. C. and offering spectacular views of the River Miño Estuary.

Continuing on through the municipality of O Rosal, the land's unique characteristics and fertility are evident in the renowned Rías Baixas Designation of Origin wines. From here to the village of Mougás, in the town of Oia, you can enjoy a wealth of ethnographic heritage, such as O Folón and O Picón mills.

Stage: Oia – Baiona (18,6 km)

Once you reach Oia following the coastline, with the ocean to your left, you will find the Santa María de Oia Monastery, founded in 1137, which served as a coastal defensive structure due to its strategic location.

Oia is also home to natural landscapes like the beautiful ponds of As Pozas, and the remains of a hillfort from the Iron Age, known as Castro da Cabeciña. Following the coastline, you reach the town of Baiona and Silleiro Cape, which offers stunning views over the islands Estelas and Cíes.

Etapa Baiona – Vigo (26,9 km)

Baiona es una preciosa y elegante localidad marinera protegida del mar por una bahía, y donde comienza la ría de Vigo. En ella se asienta la fortaleza de Monterreal, hoy convertida en Parador Nacional. Debido a su gran riqueza patrimonial, su casco antiguo fue declarado conjunto histórico-artístico. Partirás de Baiona en dirección a Santa Cristina de A Ramallosa, pasando por el puente románico de A Ramallosa. Aquí observarás la marisma de A Foz del río Miñor, de una gran riqueza ecológica.

Al entrar en Nigrán, el camino te regala bellas muestras de arquitectura e historia a través de su paisaje rural, sus pazos, sus *cruceiros* o el templo votivo del Mar, obra de Antonio Palacios.

Y continuando por la N-550 te adentrarás en el municipio de Vigo, la ciudad más grande de Galicia.

Stage: Baiona – Vigo (26,9 km)

Baiona is a delightful, elegant little fishing village protected from the sea by the bay as well as the starting point of the coastal inlet Ría de Vigo. This town is home to the Monterreal Fortress, today a Parador, a state-run luxury hotel. The wealth of its heritage is so great that its old quarter is listed as a Historic-Artistic Site.

From here, you continue on to Santa Cristina de A Ramallosa, crossing over the A Ramallosa Roman Bridge. Here, you can observe the marsh of A Foz do río Miñor and its rich wildlife.

Once in the town of Nigrán, you can admire its beautiful architecture and relive its history, which is reflected in its rural landscape, its *pazos* (manor houses), *cruceiros* (stone crosses) or the Templo Votivo do Mar, a church designed by the architect Antonio Palacios.

And following road N-550 we reach Vigo, the largest city in Galicia.





Etapa Vigo – Redondela (15,8 km)

Ya en el término municipal de Vigo podrás disfrutar de la senda del río Lagares, que atraviesa el parque de Castrelos, donde se encuentra el espectacular pazo Quiñones de León, monumento histórico con una estupenda pinacoteca y un impresionante jardín lleno de camelias milenarias.

Al entrar en el centro de Vigo, podrás viajar en el tiempo en su casco antiguo, declarado conjunto histórico-artístico, que cuenta con diversos puntos de interés: la concatedral de Santa María, de estilo neoclásico, la casa de Ceta o el pazo de los Figueroa, el mercado de A Pedra o la calle de As Cesteiras, que cuenta con un encanto artesanal. Además, con un semblante señorial y coronando la ciudad está el parque de O Castro, donde se pueden obtener las mejores vistas a la ría de Vigo y a las islas Cíes.

El camino parte de Vigo por el barrio de Teis y se dirige a Redondela por una ruta con gran valor ecológico y paisajístico, donde confluye con el Camino Portugués original.

Desde aquí, ya solo quedan 84,7 km de camino a Compostela por el trazado luso original.

Stage: Vigo – Redondela (15,8 km)

Once you enter the municipality of Vigo, you can enjoy the path along the River Lagares and walk around the Castrelos Park, where you will see the spectacular manor house Pazo Quiñones de León, a historical monument with a remarkable picture gallery and an impressive garden filled with ancient camellias.

In the centre of Vigo, you find the old town, declared a Historic-Artistic Site, boasting a number of interesting spots for visitors: the Santa María Co-Cathedral, a neoclassical church; the Casa Ceta and the Pazo dos Figueroa; the A Pedra Market; or the street Rúa das Cesteiras, the charming basketmakers' street. Moreover, on the top and heart of the city of Vigo is O Castro Park, which offers the most spectacular views over the coastal inlet Ría de Vigo and the Cíes Islands.

Leaving Vigo behind, you will cross the Teis district, and then continue to the town of Redondela along a path of great ecological and scenic value, which meets the original Portuguese Way. Now, you only have to walk for 84.7 km to reach Santiago de Compostela following the original Portuguese way.

El Camino de Invierno

Dificultad: media-alta

Longitud: 235,5 km

Este camino atraviesa las cuatro provincias gallegas y es la entrada natural a Galicia desde la meseta, un acceso ya usado por los romanos. Esta ruta permitía escapar a las peregrinas y los peregrinos medievales del Camino de Santiago del ascenso al puerto de O Cebreiro, que en la época invernal más cruda se volvía extremadamente duro. Bien desde Ponferrada o desde la misma Villafranca del Bierzo, este camino sigue al abrigo de los ríos Sil y Miño uniéndose a la Vía de la Plata. Parte de Ponferrada y sigue el curso natural del caudaloso río Sil durante 157,7 km hasta entrar en la comarca de Deza, en la provincia de Pontevedra.

Etapas Rodeiro – Bendoiro (26,8 km)

Tras varias etapas, llegarás a Rodeiro, donde podrás visitar su casa consistorial, que fue erguida sobre las ruinas de una fortaleza. Seguidamente, el camino continúa en dirección a Lalín cruzando el río Arnego por el puente medieval de Pedroso. Lalín muestra con orgullo su condición de ser "kilómetro cero de Galicia" y es famosa por la Feria del Cocido.

Continuando en dirección Bendoiro (Lalín) el camino discurre entre *carballeiras* para incorporarse al Camino Sanabrás o Vía de la Plata, en la etapa Bendoiro-Outerio. Desde aquí quedan un total de 50,3 km hasta Santiago de Compostela.

The Winter Way

Difficulty: moderate-challenging

Longitud: 235,5 km

This route, which was already used by the Romans, crosses the four Galician provinces, and it is the natural entrance to Galicia from the Spanish inner plateau.

In the Middle Ages, pilgrims on the Way of Saint James chose this route to avoid going up to the mountain pass of O Cebreiro, which in the dead of winter was a rather difficult journey. Whether from Ponferrada or Villafranca del Bierzo, this route hugs the rivers Sil and Miño, eventually linking up with the Silver Way.

It starts in Ponferrada and follows the natural course of the mighty River Sil for 157.7 km until it enters the Deza region, in the province of Pontevedra.

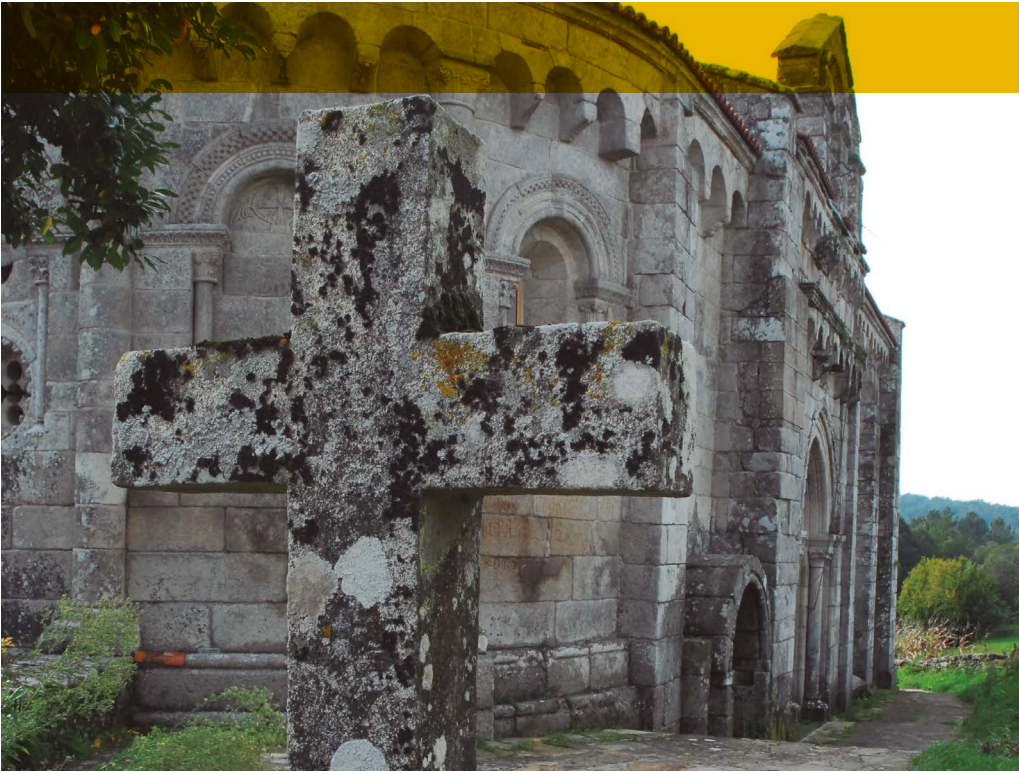
Stage: Rodeiro – Bendoiro (26,8 km)

After completing several stages, you will reach the town of Rodeiro and its town hall, which was built on the remains of a former fortress. Then, the route heads towards Lalín after crossing the medieval bridge of Pedroso over the River Arnego.

Lalín is considered the Galician's Golden milestone and is popular for its food festival Feira do Cocido.

As you head towards Bendoiro (Lalín), you pass through beautiful oak groves. Then, this route meets the Silver Way, on the stage Bendoiro-Outerio, when you are only 50.3 km away from Santiago de Compostela.





El Camino Sanabrés o Vía de la Plata

Dificultad: media
Longitud: 223,5 km

Es el gran camino que une la península de norte a sur; una gran calzada romana cargada de restos arquitectónicos, como puentes o miliarios que persisten al paso de los siglos. Es, sin duda, una de las rutas más bellas.

Cuando la Vía de la Plata llega a la provincia de Pontevedra ya habrás recorrido 154,6 km en Galicia.

The Mozarabic Way or The Silver Route

Difficulty: moderate
Length: 223.5 km

This spectacular route joins the southern half of the Iberian Peninsula with the northern; a great Roman road boasting remains such as bridges and milestones which have been well-preserved over the centuries. This is, without a doubt, one of the most beautiful routes.

When the Silver Way reaches the province of Pontevedra, pilgrims have already completed 154.6 km in Galicia.

Etapa Dozón – Bendoiro (18,5 km)

Poco después de partir de Oseira, en Ourense, cruzarás O Castro de Dozón, en cuyas cercanías se encuentra el monasterio e iglesia monacal de San Pedro de Vilanova, una joya del arte románico gallego del siglo XII. A continuación, te dirigirás al centro de Lalín, capital de la comarca de Deza, y atravesarás senderos rurales de gran belleza natural. Aquí también se encuentra la iglesia de San Martiño, que formó parte de un monasterio fundado en el siglo X. El recorrido continúa hasta Bendoiro (Lalín) en dirección a Silleda.

Etapa Bendoiro - Outeiro (33,6 km)

El río Deza continúa acompañándote en la ruta. Puedes desviarte para visitar el santuario mariano de O Corpiño, un popular lugar de peregrinación.

Al cruzar el valle del Ulla te asomas a un territorio pródigo de pazos e iglesias ligados a la tradición jacobea de la Translatio, cruzando la población de Trasfontao hasta llegar al municipio de Silleda. Más tarde, saliendo del centro de esta localidad, en dirección Bandeira (A Estrada), muy conocida por sus sabrosas empanadas, y a su paso por A Estrada también podrás visitar el pazo de Oca, un armonioso conjunto conocido como el “Versalles gallego”, una obra maestra de arquitectura pétreo y vegetal del siglo XII.

La ruta continúa en dirección Vedra pasando por Ponte Ulla, punto limítrofe de las provincias de Pontevedra y A Coruña.

Desde aquí, ya solo quedan 16,7 km de camino a Compostela.

Stage: Dozón – Bendoiro (18,5 km)

Once you arrive from Oseira, in the province of Ourense, you cross O Castro de Dozón, on the outskirts of which lies the monastery and monastic church of San Pedro de Vilanova, a true gem of the 12th-century Galician Romanesque art.

From there you will head towards the centre of the town of Lalín, the capital of the region of Deza, along rural roads of stunning natural beauty. Here, you can also visit the San Martiño Church, which was once part of a 10th-century monastery. This stage ends in Bendoiro (Lalín) towards Silleda.

Stage: Etapa Bendoiro – Outeiro (33,6 km)

The River Deza accompanies us along the route. You can take a detour to visit the Marian sanctuary of O Corpiño, which is a popular pilgrimage site.

After crossing the Ulla Valley you will find a prodigal land filled with *pazos* and churches linked to the Jacobean tradition of Translatio (the journey by sea of the body of Saint James the Apostle from Jerusalem to Galicia), going through the village of Trasfontao to reach the town of Silleda. When leaving this town, you pass through the parish of Bandeira, known for its tasty *empanadas* (Galician pasties). On your way through A Estrada, you can also visit the manor house Pazo de Oca, known as the Galician Versailles, boasting majestic buildings and beautiful gardens from the 12th-century. The route continues towards Vedra, where you cross over the village of Ponte Ulla, which marks the border between the provinces of Pontevedra and A Coruña.

Now, you only have to cover 16.7 km to reach Santiago de Compostela.



Ruta del Mar de Arousa y del Río Ulla

Dificultad: baja

Se trata de un singular itinerario marítimo y fluvial que conmemora la llegada por mar del cuerpo del apóstol Santiago en el año 44. Según la tradición y el tercer libro del Códice calixtino, el cuerpo de Santiago, acompañado por los discípulos Teodoro y Atanasio, navegó la ría de Arousa y remontó el río Ulla para llegar a Iria Flavia (Padrón), donde se incorporó al Camino Portugués y recorrió 24,8 km hasta llegar a Compostela.

Por ello, esta ruta también es conocida como Translatio y constituye el único vía crucis marítimo del mundo. En las riberas e islotes de la ría es posible observar varios *cruceiros* ubicados en lugares estratégicos; en total, 17 obras escultóricas jalonan la ruta.

Route of The Sea of Arousa and The River Ulla

Difficulty: low

This sea-river route commemorates the arrival of the Apostle James's body by sea in the year 44 A. D. According to the oral tradition and to book III of Codex Calixtinus, the disciples Theodore and Athanasius arrived via the coastal inlet Ría de Arousa, sailing up the River Ulla and finally landing in Iria Flavia (Padrón), where they took the Portuguese Way towards Santiago de Compostela.

This route, also known as the *Traslatio*, is the only maritime *via crucis* in the world. *Cruceiros* (stone crosses) can be seen strategically placed along the riverbanks and on its small islands; a total of 17 sculptures marking the route.



El artista creador de estos *cruceiros* fue Alfonso Sanmartín Abelleira. Puede decirse que fue un continuador de la escuela gallega de escultores de la época. Fue un gran escultor y restaurador de multitud de monumentos; no se sabe cuándo se instalaron, pero sí que la gran mayoría se encontraban erguidos ya en el año 1965. Estos *cruceiros* son, sin duda, un original e inestable patrimonio cultural y artístico que permanecerá durante años en nuestra ría.

En total recorre diez municipios ricos en patrimonio popular y etnográfico, en cultura y en gastronomía; una ría salpicada por islas que surgen de entre bateas de mejillones, ostras y vieiras. El trayecto desde Sanxenxo hasta Pontecesures (Meaño, O Grove, Cambados, Vilagarcía de Arousa, A Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Catoira y Valga) se realiza en barco, mientras que el último tramo se hace a pie.

The artist and creator of these *cruceiros* was Alfonso Sanmartín Abelleira, renowned and famed sculptor. It could be said that he continued the Galician school of sculptors from previous times. He was a great sculptor and restorer of a large number of monuments. It is not known exactly when they were erected, but the majority were in place by the year 1965. These *cruceiros* are undoubtedly a part of our original and invaluable cultural heritage, which will remain in our *ría* for years to come.

The route covers ten municipalities with a rich ethnographic, cultural and gastronomy heritage. The coastal inlet Ría de Arousa has plenty of small islands mingled with mussel, oyster and scallop *bateas* (rafts). You go from Sanxenxo to Pontecesures (Meaño, O Grove, Cambados, Vilagarcía de Arousa, A Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Catoira and Valga) by boat and the last stage is on foot.





¡BUEN CAMINO!

GOOD WAY!





INFORMACIÓN DE INTERÉS PARA PEREGRINOS Y PEREGRINAS

La Credencial es el pasaporte de las peregrinas y peregrinos, que debe ser sellada en cada etapa.

La Compostela es el documento que acredita el final de la peregrinación.

Para obtener la ansiada **Compostela**, es necesario sellar la credencial dos veces al día y escoger una de las siguientes opciones:

- 100 km a pie o a caballo
- 200 km en bicicleta
- 100 millas náuticas navegadas y realizando a pie los últimos kilómetros del Camino.

Esta credencial es básica para poder utilizar los albergues y la caminata se certifica mediante el sello y la fecha que figuran en ella. Cuando se llega al destino, esta credencial se presenta en la Oficina de Acogida al Peregrino para recoger la Compostela.

Contacto:

credencialesperegrinos@catedraldesantiago.es
oficinadelperegrino@catedraldesantiago.es

ALGUNOS CONSEJOS

- Planifica las etapas adaptando tus capacidades físicas y tus objetivos
- Evita las mochilas grandes; se recomienda no cargar más de 10 kg
- Lleva calzado cómodo y elástico (preferiblemente de suela dura), sombrero y bastón. La ropa debe adaptarse a la época del año
- Evita hacer el Camino de noche y usa ropa reflectante
- Lleva un pequeño botiquín
- Sigue una dieta ligera con aporte de hidratos de carbono y una buena hidratación
- Lleva la credencial o un diario de ruta
- Descansa entre etapas

¡DISFRUTA Y CUIDA ESTA RUTA MILENARIA!



DEPUTACIÓN
PONTEVEDRA



X riasbaixas

USEFUL INFORMATION FOR PILGRIMS

The Credencial is the pilgrim's passport, which must be stamped at each stage of the Way.

The Compostela is the certificate of the pilgrimage to Santiago de Compostela. In order to obtain the Compostela, pilgrims have to stamp the Credencial twice a day and choose one of the following options:

- 100 km on foot or on horseback
- 200 km by bicycle
- 100 nautical miles by boat and completing the last kilometres of the Way on foot.

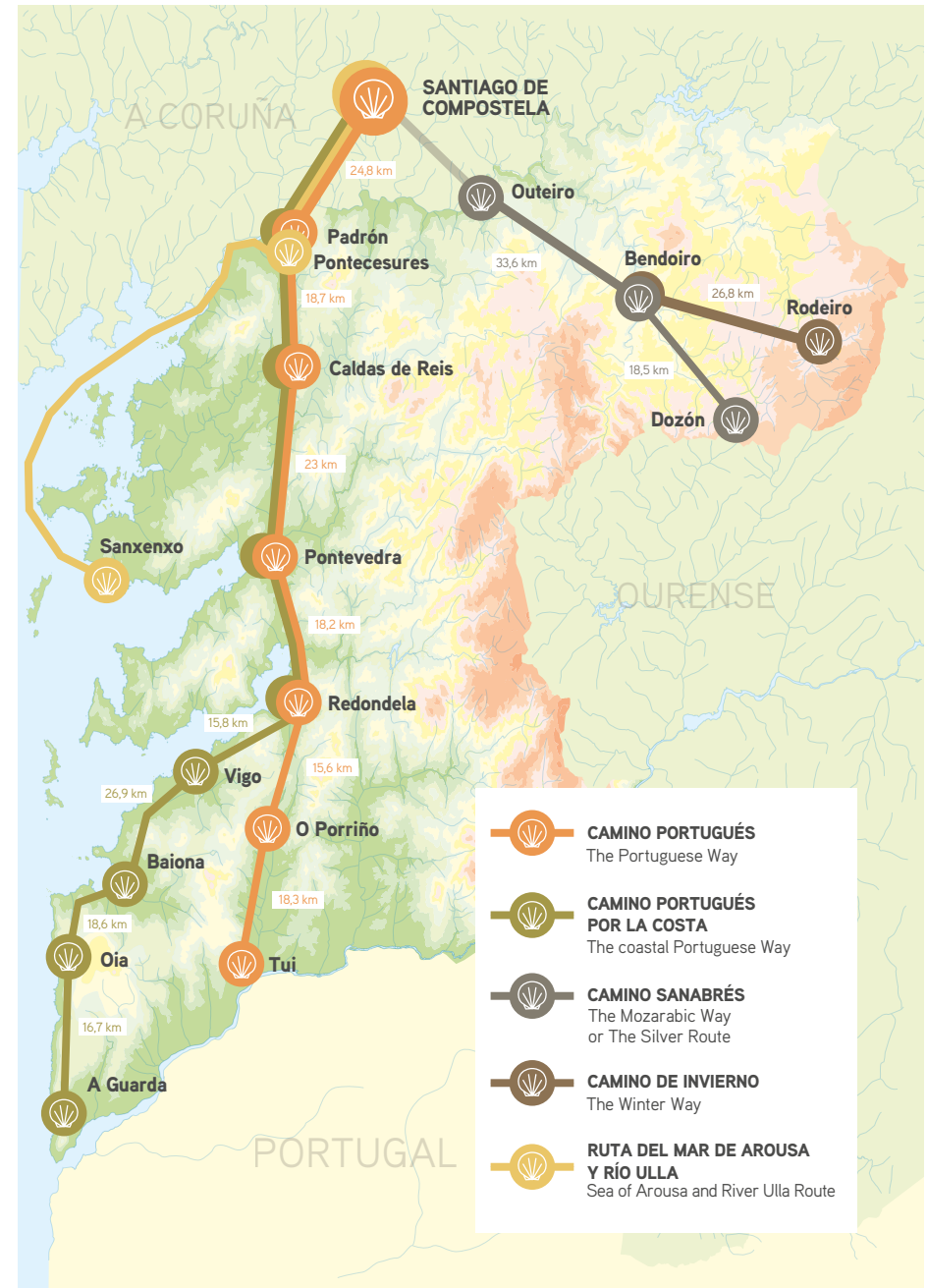
This Credencial is necessary in order to stay at the guest houses along the Way and to certify that you have done the pilgrimage by collecting stamps with the corresponding date from the places you pass through. Once pilgrims reach the destination, the Credencial is delivered to the Pilgrim Reception Office and the Compostela is granted in return.

Contact:
credencialesperegrinos@catedraldesantiago.es
oficinadelperegrino@catedraldesantiago.es

A FEW TIPS

- Plan the journey according to your physical condition and objectives
- Avoid large backpacks; it is recommended not to carry more than 10 kg
- Wear comfortable, elastic hard-soled footwear and bring a hat and a walking stick. Clothing should be adapted to the current season of the year
- Avoid walking at night, but if you do, wear reflective clothing
- Bring a small first aid kit
- Eat light foods with carbohydrates and hydrate yourself
- Do not forget the credential or a travel log
- Make sure you have enough rest everyday

ENJOY AND TAKE CARE OF THIS MILLENNARY ROUTE!





Caminos de Santiago
AVENTÚRATE Y SIENTE
SIENTE RÍAS BAIXAS



www.turismoriasbaixas.com

Pza. Santa María s/n - 36071 Pontevedra

Tel.: +34 886 211 700

