

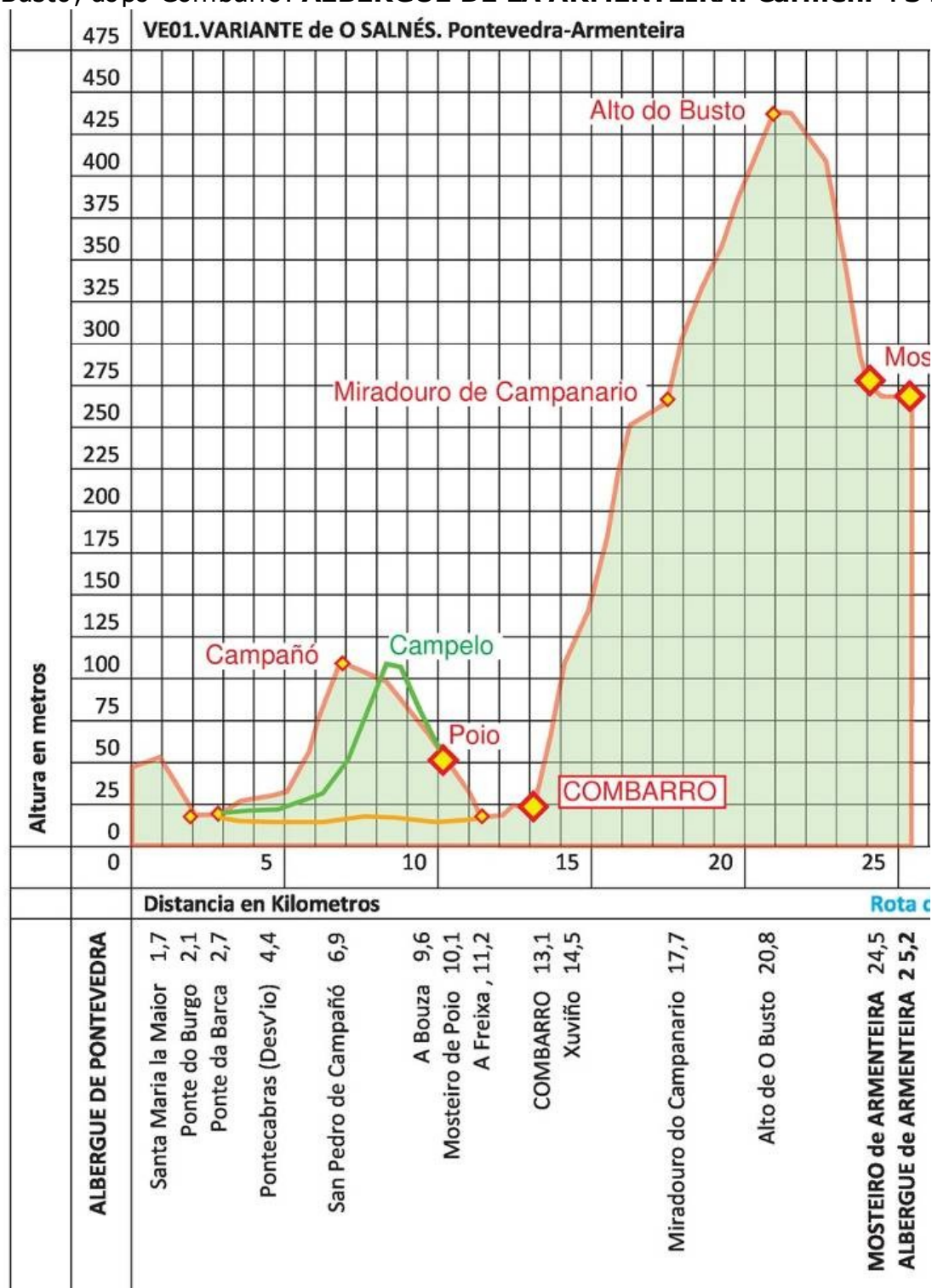
VARIANTE ESPIRITUAL- CAMINO DEL SALNES- DA PONTEVEDRA A PONTECESURES più finale a Santiago



PONTEVEDRA: RM prima della stazione, 50pl/6€/ RP aloxa, rua Gorgullon 68 Tel +34 663 43 87 70 dopo la stazione, da 56pl/10€/cuc/organizzato/ una volta al centro, alla chiesa particolare della Virgen peregrina, scendere a sx lungo i portici, lasciando il convento francescano lassù alla vostra dx, prendere piazzetta e vicoli nel centro storico fino all'uscita del ponte sul fiume da passare (marco romano segnavia).



All'uscita di Pontevedra, in località Ponte Cabras sulla dx del cammino centrale al km 4,4, inizia la variante espiritual o camino Salnés che in tre tappe porta a Padron. La prima tappa di 25,2km fino all'albergue municipal di Armenteira é molto dura per la salitaccia al monte do Busto, dopo Combarro. **ALBERGUE DE LA ARMENTEIRA: Carmen: +34 670.757.777**



1 TAPPA: PONTEVEDRA-COMBARRO- ARMENTEIRA

NOTE: La salita di Campañó (110m) e più avanti la discesa al Monasterio de Poio e Combarro. (Km 10 e 13,5). All'uscita da Pontevedra c'è la possibilità di tagliare la parte difficile, passando a sx per la Colegiata de Santa María la Mayor, il **Ponte da Barca**, O Campelo e Poio (Km 7,8); oppure lungo la costa per la Senda Litoral, il **Ponte da Barca**, Lourido, il Porto di Campelo, A Freixa e Combarro, (Km 11,0- a voi la scelta). Da qui inizia la dura salita per O Xubiño e Esperón, Mirador do Campanario e Alto do Busto (420m/Km 20,8). La discesa si fa per una comoda pista forestale che poi diventa molto ripida per arrivare al Monasterio de Armenteira. L'**Albergue de Peregrinos si trova a 700m sotto, nel Colegio Público de Armenteira tel (0034) 670757777.**



Iniziamo questa tappa dal centro città di Pontevedra, alla chiesa della Virgen Peregrina, curiosa costruzione in forma di conchiglia. Entriamo nella città vecchia, plaza de la Herrería, con giardinetti e sulla dx il monastero di San Francesco. Giriamo a sx per rúa dos Soportais, porticati, e alla fine prendiamo a dx la rúa Real. Arriviamo al rio Lérez e passiamo il ponte do Burgo, antica via per Santiago de Compostela, per passare il barrio de A Xunqueira de Lérez, con la capilla de Santiaguíño. Seguiamo la Avda de Coruña, subito imbocchiamo a sx rúa da Santiña, che diventa rúa da Gándara per le lagune che la bordeggiano, seguendo la ferrovia.



Al crocicchio giriamo a sx ed attraversiamo il ponte per imboccare il Camino Espiritual sulle terre del Salnés. Seguiamo la pista asfaltata e passiamo l'autovía de las Rías Baixas A-9, per cominciare la salita, da Altabón, per raggiungere l'alto de Montecelo. Passiamo la capilla di San Paio, e a O Freixo incrociamo due strade, ma continuiamo lungo la pista asfaltata, in leggera discesa fino a Parada de Abaixo. All'uscita, prendiamo la deviazione a dx della biforcazione e 700 metri dopo deviamo a dx su una senda che sale a **Campaño**, dove imbocchiamo a sx una pista asfaltata fino a Cabaleiro, passiamo la ctra e continuiamo di fronte fino alla pista in discesa verso Fragamoreira. Passiamo il río Cancele e sempre scendendo, passiamo A Bouzá ed arriviamo al **Monasterio conventual de Poio**, con un hórreo grande.



Dal Monasterio de Poio scendiamo fino alla carretera della costa, C-550 e a Seara scendendo alla ría, fino al polideportivo. Continuiamo lungo la spiaggia, di nuovo la C-550, fino a **Combarro**, bel villaggio di pescatori.



Qui inizia la salita verso Cidrás, a Xuviño andiamo a sx e poi verso Esperón, dopo aver passato il rio. Aumenta la durezza della salita, passiamo per la Fonte da Armadiña, lasciamo la ctra per un sentiero che sale a sx verso Cal do Marroco, il río Covelo e di nuovo la ctra.

Saliamo sempre tra Outeiro de Gomariza e Outeiro da Xesta e proseguiamo per ctra e poi pista nel Chan de Valdedeus e iniziamo ora la discesa su asfalto (a dx dei petroglifi su roccia). A Tomada da Sobreira la discesa si fa ripida, al bivio andiamo a sx verso Caroi ed il Monasterio de Santa María de Armenteira (visita), poi andiamo a sx verso la ctra e poco prima una pista sale a dx (la senda "da Pedra e da Auga"). Siamo ad Armenteira.



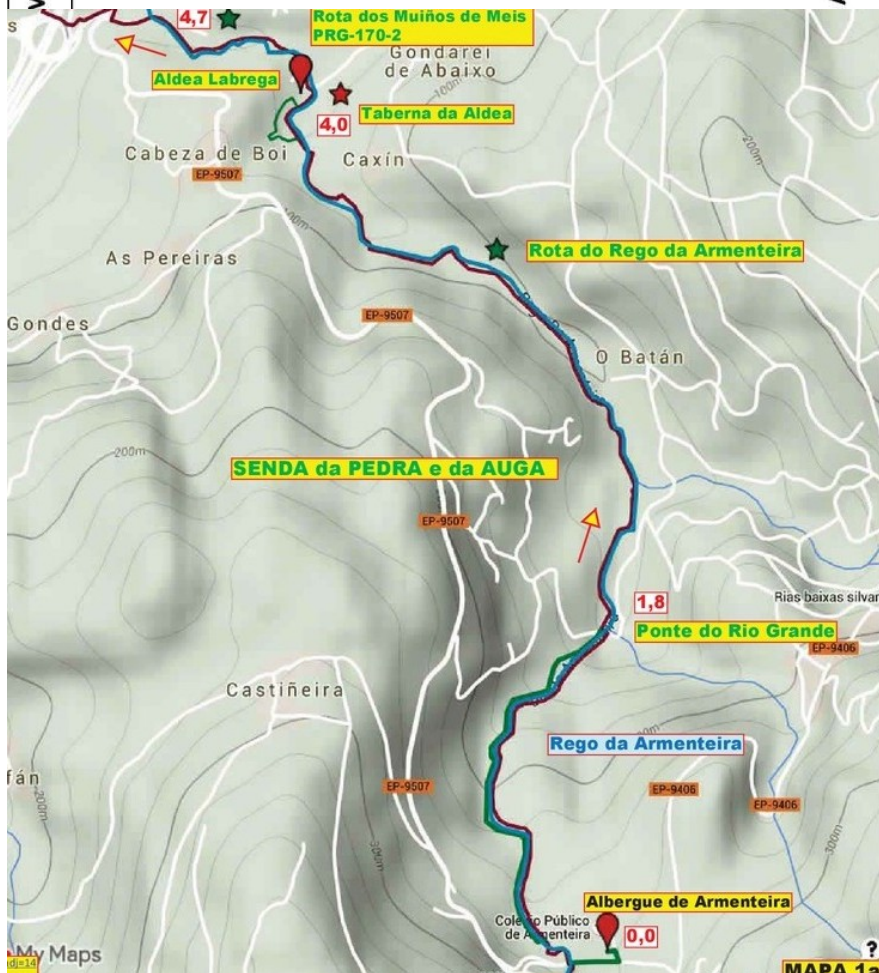
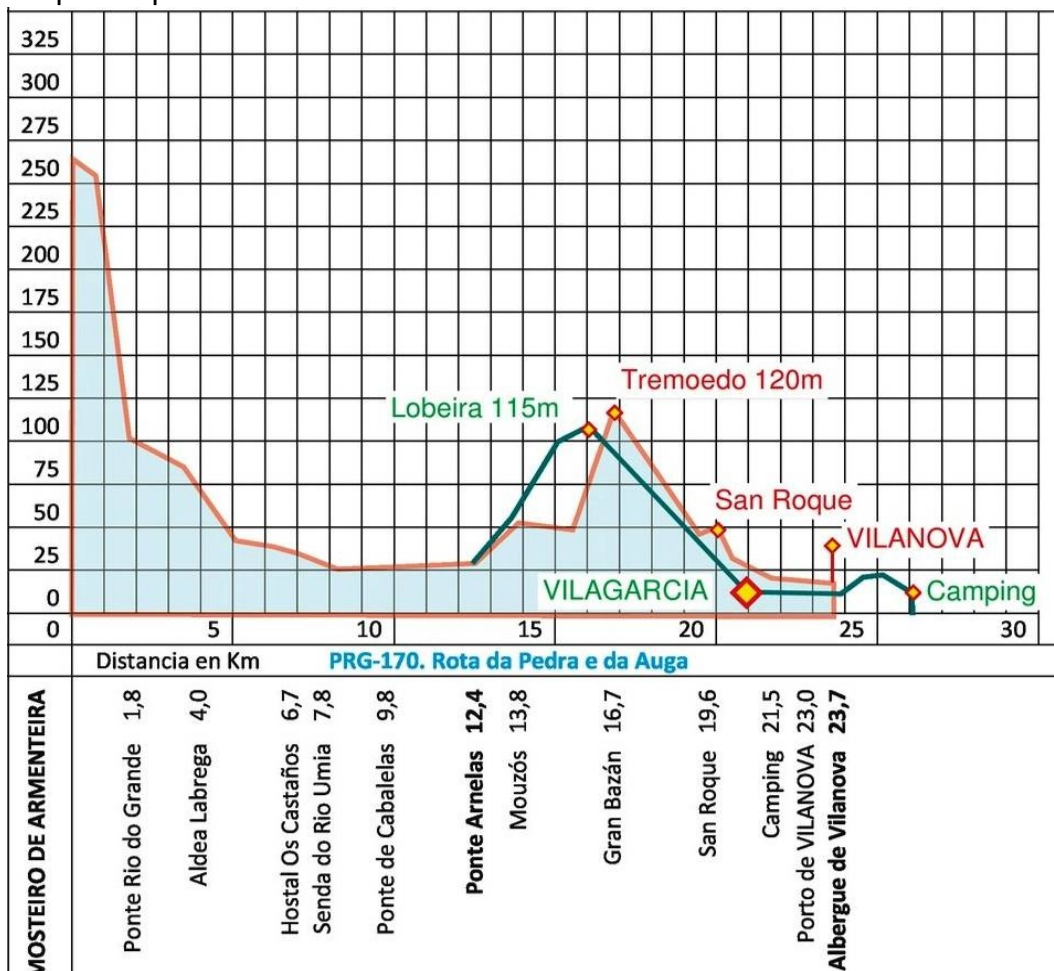
2 TAPPA : ARMENTEIRA-BARRANTES-PONTEARNELAS-VILANOVA/VILAGARCÍA DE AROUSA

Da qui inizia la Ruta lungo il Rego da Armenteira fino al Puente do Rio Grande, seguendo i pannelli della **Ruta de la Piedra y el Agua PRG-170**



A partire da Barrantes si continúa per il PRG-173, Sendero Fluvial de Rio Umia fino a Ponte Arnelas. Il Camino é segnato fino a **VILANOVA DE AROUSA**, dove si puo' pernottare e decidere se fare la Travesía Maritima a Padrón o fare la terza tappa lungo il fiordo fino a Pontecesures. **Albergue nel Polideportivo Municipal**, di fianco a Protección Civil e

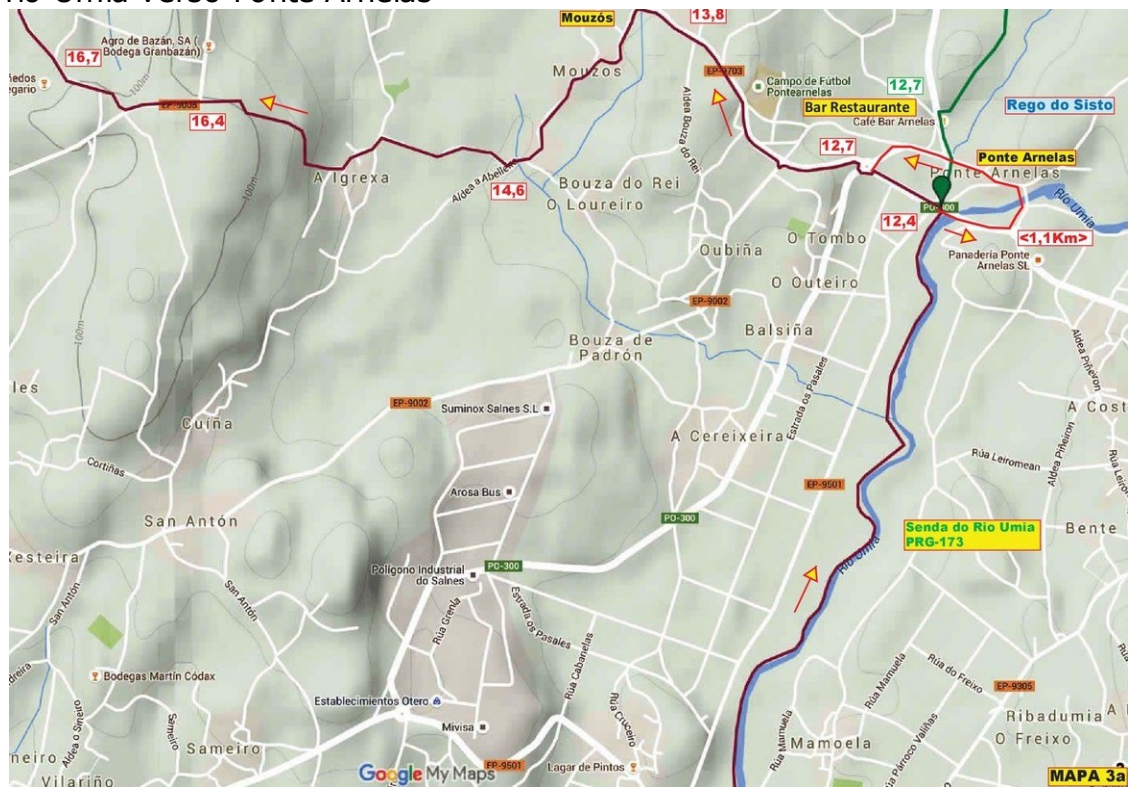
municipio. Teléfono del albergue: (0034) 616 701 798. Per arriparci, seguire le frecce alla fine del ponte pedonale.



Usciamo da Armenteira, passando la carretera EP-9406, sempre lungo la ruta dos Muíños, più conosciuta ora come "As Pedras e A Auga", in discesa lungo il río Armenteira.



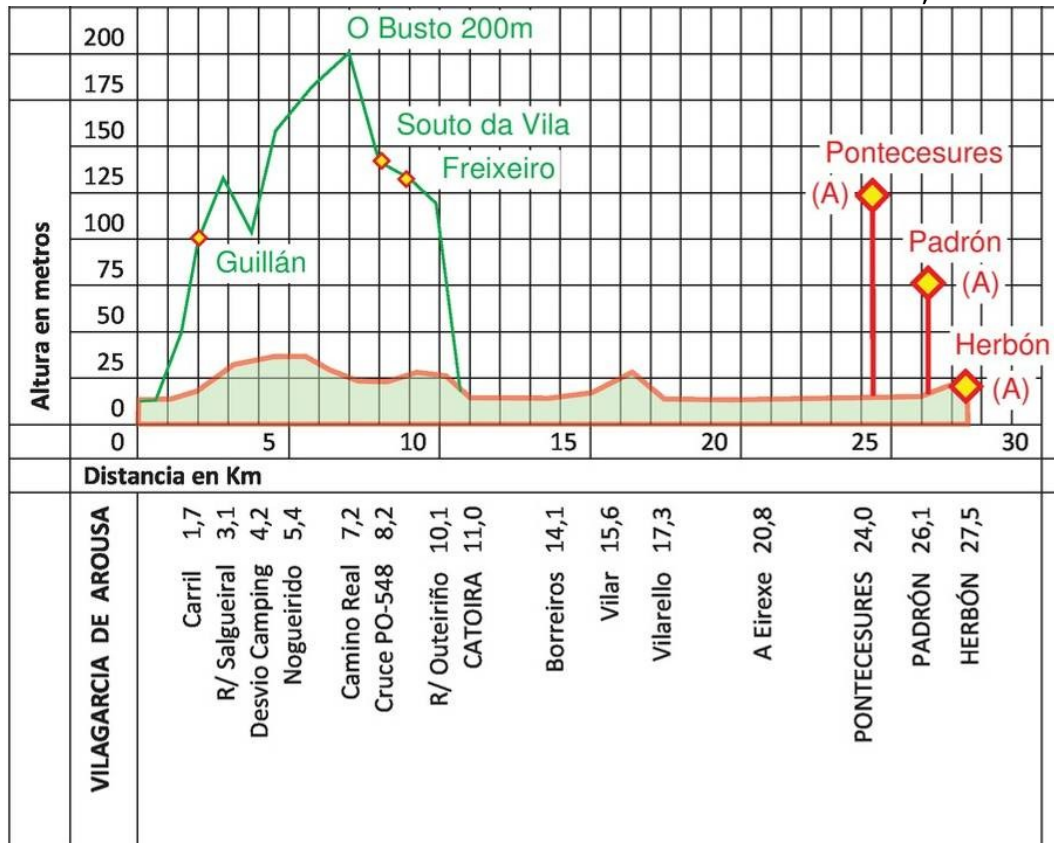
Sottopassiamo la vía rápida AG-41 ed arriviamo a Santo André de Barrantes, dove seguiamo il río San, all'ombra. A Ponte Nova incrociamo due volte la ctra, troviamo il Pazo de Barrantes, camminando tra il río e la vía rápida e passiamo a seguire il rio Umia. A dx si trova Barrantes, zona di vigneti, Ribadumia, tra Figueira e Cabanelas; attraversiamo il rio Umia verso Ponte Arnelas



Seguiamo la PO-300 nel paese e per uscirne. Poi deviamo a dx per una pista in salita fino a Gombra e con la carretera EP-9703 siamo a Mouzos. Scendiamo a Igrexa, iniziamo a salire a Pedras Loiras, per poi scendere al sottopasso della vía rápida AG 4.3



Ed un'altra Igrexa a san Roque del monte, ancora discesa verso la costa nella playa do Castelete. Lungo le spiagge incrociamo la ctra di Illa de Arousa ed il suo ponte. Continuiamo per spiagge con due camping (do Paisaxe, do Terrón), la Punta Con da Mina, la playa da Secada e la Punta Ariño a Vilamaior fino a Vilanova de Arousa, finale di tappa.

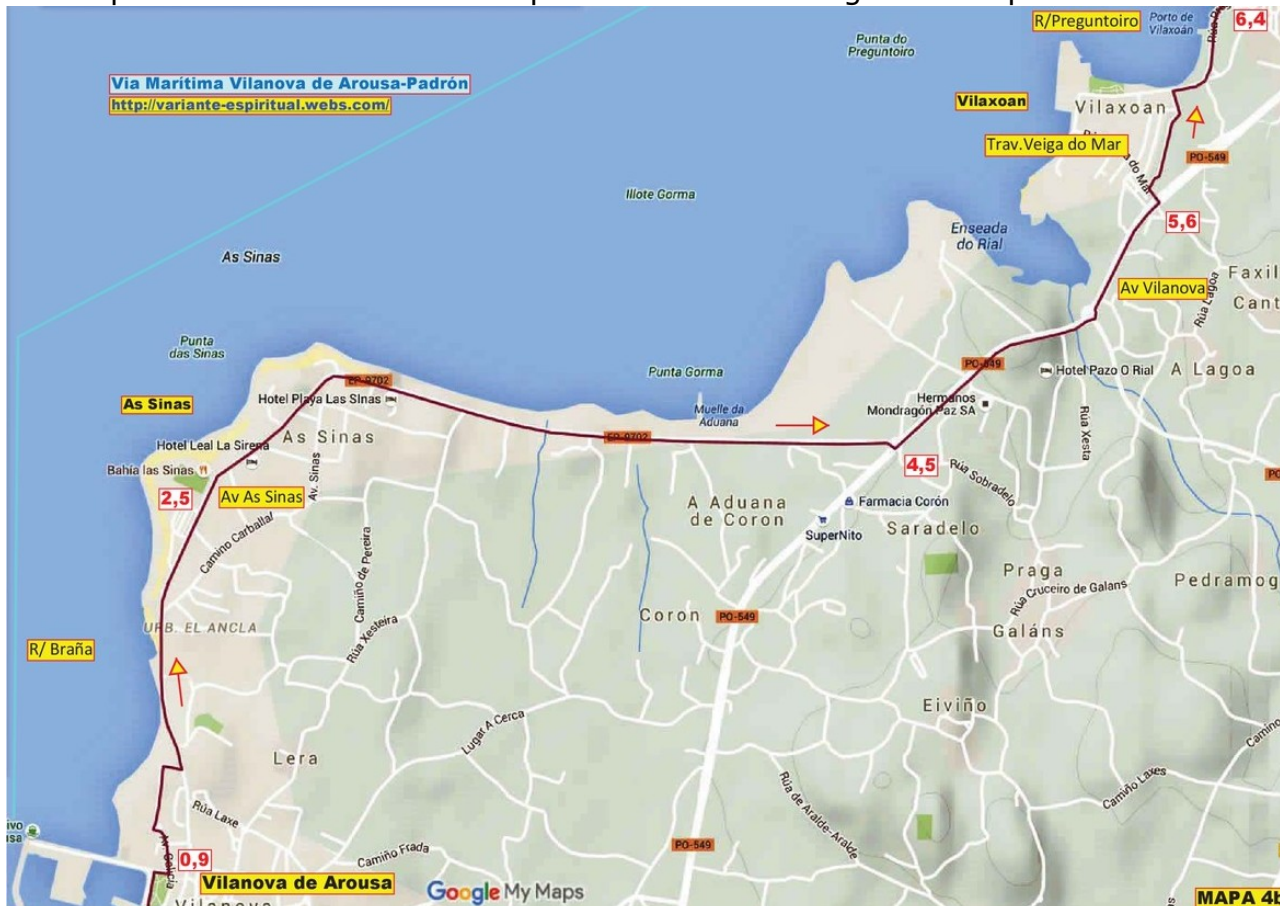


3 TAPPA: VILANOVA-VILAGARCÍA-CATOIRA-PONTECESURES-PADRÓN/ HERBÓN

Si puo' scegliere di fare la tappa in gommone (pagando caro) oppure farla a piedi.



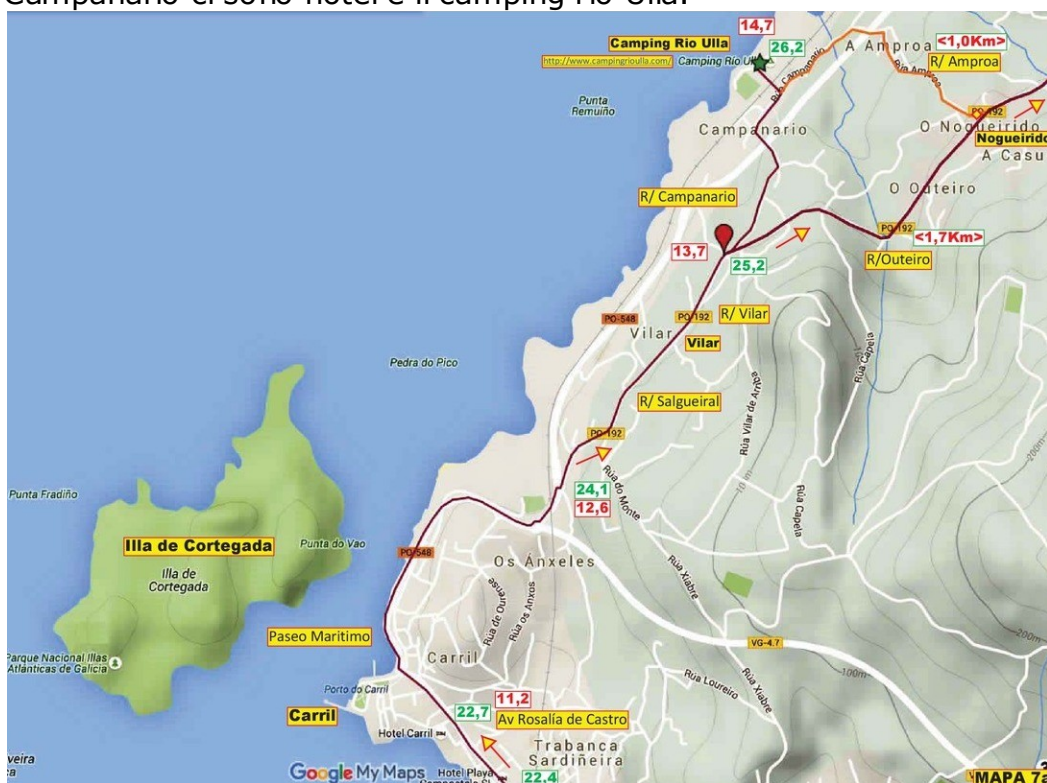
Vilanova-Vilagarcia de Arousa: 9,5km- dall'albergue in centro si prende lungo il porto fino a avda Galicia e rua Braña fino a Sinas, dove si segue la ctra EP9702 fino a Saradelo e poi la PO549 per avda Vilanova deviando per la traversa da veiga do mar per Vilaxoan.



Si prosegue per rua do preguntoiro lungo il porto per arrivare a rua valle inclàn ed il centro di Vilagarcia de arousa



Vilagarcia-Catoira : 11,5km- Passiamo sul lungomare Rosalia de Castro verso Carril, la ctra PO548; alla rotonda imbocchiamo a dx la PO192 rua salgueiral e rua Vilar, deviamo a dx per rua outeiro per raggiungere Nogueirido e poi Casal (due buoni ristoranti). Sul mare a Campanario ci sono hotel e il camping rio Ulla.



Passiamo per la zona industriale di Bamio, Abalo, sottopassiamo la PO548 per C°real, C° mirador da ria, la carretera vella, rua muiños de vento, il centro de saude di Catoira, rua de outeirño e il paseo maritimo. Alla stazione ferroviaria il ristorante casa Emilio.



Catoira-Pontecesures-Herbon o Padron: 16,8km- Dalla stazione ferroviaria si puo' seguire la senda di torre del oeste lungo la ria oppure i sentieri pedonali per Borreiros, Vilar, Vilarello lungo la ferrovia.



Si devia a sx per rua do campo e rua calera verso il rio Ulla, rua Escuredo. **Pontecesures** : RM 32pl/6€, estrada das ecolas, rua antelo infesta, apre alle 13h. Arriviamo al ponte di Pontecesures



QUI a sx si va a Padron 3km : RM di fianco al convento domenicano sopra la fonte del Carmo, a sx dopo ponte, 44pl/6€ cuc/ RP Flavia (Campo da Feira, 13) 981810455 da 22 pl/ RP Corredoiras 981 81 72 66 Corredoira da Barca 10 e **a dx al monastero di Herbon 3km**:

Albergue vecchio stile, comunitario, degli AGACS nel convento Franciscano- seguire frecce rosse dopo Pontecesures, sulla riva sx del rio Ulla, 22 posti, donativo, cucina, hospitaleri



Padron è una cittadina storica con chiesa di Santiago e la feria di fine luglio// Si riparte da chiesa di Santiago a sx verso N550. NB: c'è una bella statua di pellegrino in una piazzetta fuori dal cammino, da vedere



1km Iria Flavia: antica sede episcopale prima dell'avvento di Santiago- Collegiata romanica santa Maria con cimitero/ si passa ferrovia e si segue N550 fino a Romaris, deviazione a sx per Rueiro, Cambelas, Tarrío, Vilar, ancora N550

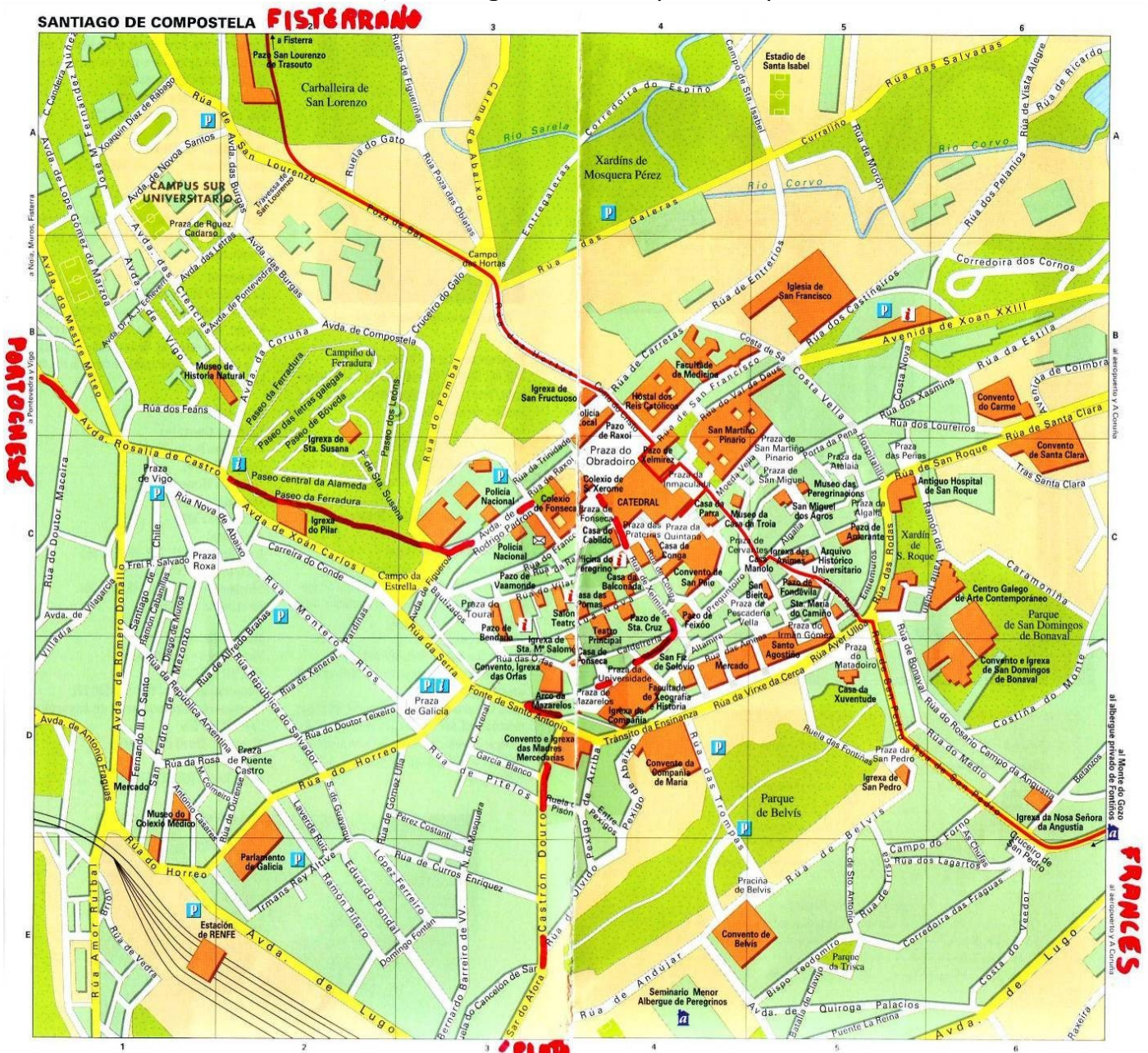
5km Escravitude (schiavitù): santuario mariano barocco del XVIII e fonte/ seguire a dx su ctra per Cruces, sentiero per Angueira de souso, ferrovia, Areal, Picaraña, N550, deviare a sx su ctra per Rua de Francos

4km Rua de francos - TEO: RM a Teo di Vilar de abaixo, 28pl/6€, cuc, chiavi al bar negozio in alto a dx su ctra/ RP Compostela Inn 981 8190 80 Rua das Mámoas de Montouto 4/ RP Calabaza del Peregrino a Faramelo, 981194244 (Km 12,5 prima di Santiago) da 40 pl/ Si sale a capilla San Martiño, girare a sx e poi a dx, proseguire fino a ferrovia e ponte, zona incasinata per lavori, Osebe, Pedreira, Raices, Agrela, Milladoiro, centrale elettrica, salita Agros monteiros, Rocha vella, ferrovia, Rocha nova, rio, autostrada, problemi di tracciato .

10km O Choucino: periferia di Santiago- salitona, rua Cantaleta, travessa Choupana, rua Espiñeira, avenida Castro, avenida Juan Carlos, discesa sassosa ripida

3,5 km Porta Faxeira: rua de Franco (Oficina do peregrino, a dx alla fine)

0,5 km SANTIAGO: RP Hospedería San Martín Pinario, Plaza de la Inmaculada 3 (+34) 981 560 282 reservas@sanmartinpinario.eu, di fianco a cattedrale, a 23€ la stanza singola con bagno e abbondante colazione, prenotare molto prima/ hostel last stamp 18€ Rúa do Preguntoiro 10 Tel 981563525 nella piazza di casa Manolo/ AC francescani, 25pl 3€ dietro museo navale/ RP santiago, rua do valiño 3 tel 657402403 da 30pl 13€/ RP mundo albergue, calle san clemente 26, vicino polizia nacional, 981588625 da 34pl/ 17€ in su/ RP fogar teodomiro, plaza algalia de arriba, vicino plaza cervantes, 981582920 da 18pl 18€/ RP Azabache 981 07 12 54 Calle Azabachería 15 da 14€ a sx verso la cattedrale/ RP La Estrella 881 97 39 26- 617 882529 C/ Concheiros 36-38 izquierda/ RP Roots Boots 699 631 594 C/ Campo Cruceiro do Gaio 7/ RP Porta Real 633 610 114 Rúa dos Concheiros 10/ **fuori città vecchia** : RP seminario menor de belvis, avda quiroga palacios 2, tel 881031768 da 10-12€ o 15€ la stanza singola (si puo' stare 3 giorni), chiude a mezzanotte/ RP acuario 52pl/10€ Rua Estocolmo 2 Tel 981575438/ RP san lazaro nella via omonima, 981571488 da 80pl 10-7€ (si puo' stare 3 giorni) aperto 24h/ RP fin de camino, fundacion asip, rua de moscova a Fontiñas, 981587324, 110pl 8€ solo per pellegrini/ RP La Estación 981 59 46 24-639 228617 a 1km dalla stazione ferroviaria, Rúa Nogueira 14 in quartiere periferico



PS: grazie a Luis o Freixo www.caminador.es e a tutti quelli che hanno ben voluto condividere le loro esperienze di questo cammino, così da migliorare questo descrittivo pubblico. Buon cammino, flavio vandoni flaovandong (at) gmail.com www.caminando.eu/wordpress/