

# Caminho de Santiago



[www.spain.info](http://www.spain.info)

# ÍNDICE

**Introdução** 3

---

**As rotas** 5

Caminho Francês  
Caminho do Norte  
Caminho Primitivo  
Outros caminhos

---

**Como fazer o caminho?** 18

A pé  
De bicicleta  
A cavalo  
De comboio ou de barco à vela

---

**Informação prática** 23

ONDE ALOJAR-SE?  
A gastronomia no  
Caminho de Santiago

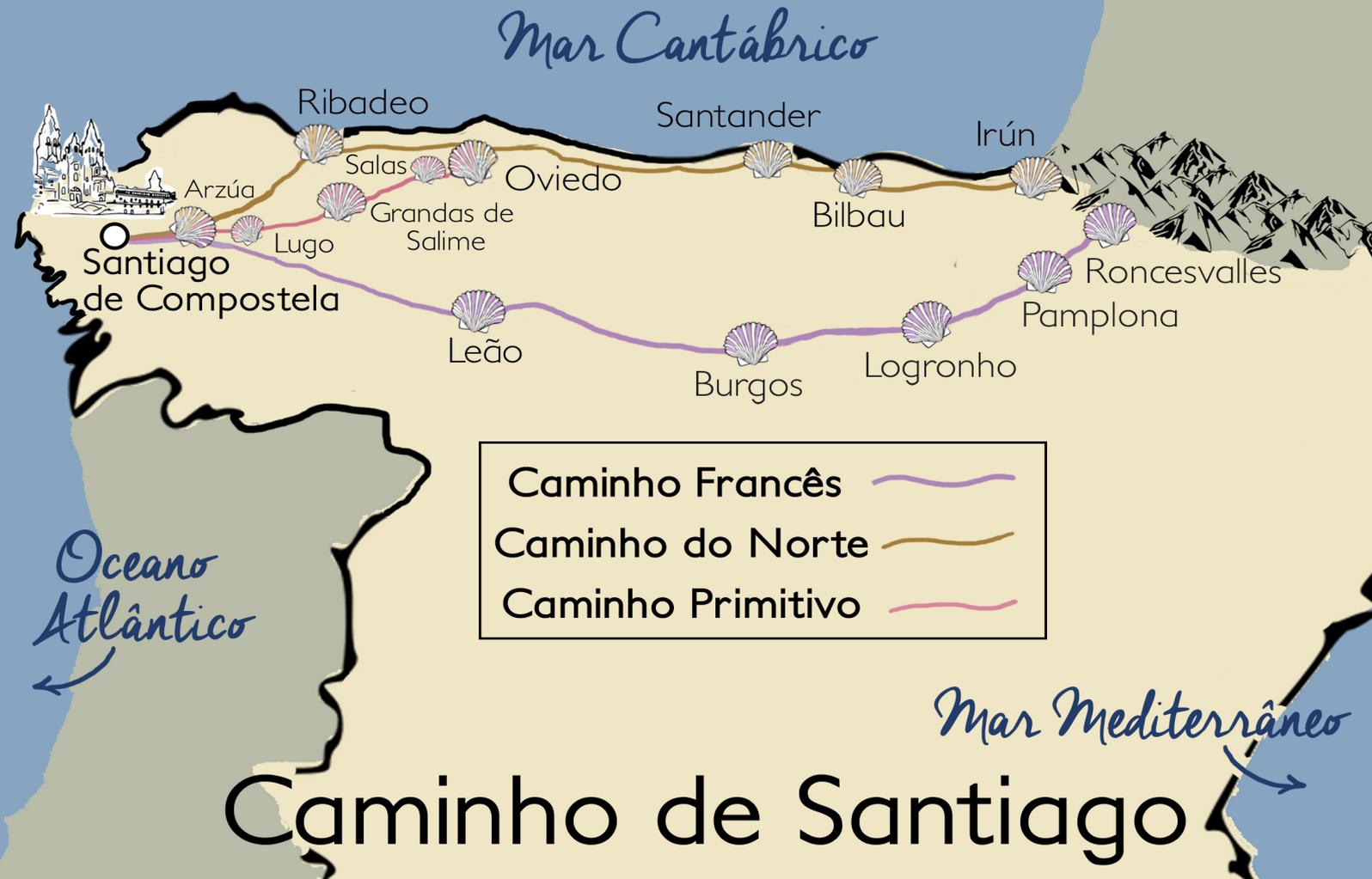
---

Ministério da Indústria, Comércio e Turismo  
Publicado por: © Turespaña  
Criado por: Lionbridge  
NIPO: 086-17-067-5

## EXEMPLAR GRATUITO

O conteúdo deste folheto foi criado com o maior cuidado. No entanto, se encontrar algum erro, ajude-nos a melhorar enviando um e-mail para [brochures@tourspain.es](mailto:brochures@tourspain.es)

*Contracapa: Catedral de Santiago, Santiago de Compostela*



## INTRODUÇÃO

Viva uma aventura inesquecível durante o **Caminho de Santiago**. Calce as botas, monte na bicicleta ou apanhe um barco à vela, outra maneira original de o fazer, e descubra Espanha de uma forma diferente. Atreva-se a completar um percurso milenário declarado Património Mundial pela UNESCO. Irá percorrer espaços naturais incríveis e visitar aldeias cheias de história até chegar à sua meta, **Santiago de Compostela**.

A esta cidade da Galiza, na qual descansam os restos do apóstolo Santiago Maior, chegam cada ano milhares de peregrinos. Há quase tantos motivos para fazer o Caminho de Santiago como peregrinos que o percorrem. Na maior parte dos casos unem um objetivo pessoal, a procura religiosa ou

espiritual e o interesse pela história, pela arte, pela natureza e pelo desporto. Seja qual for o seu, asseguramos-lhe que a experiência vale a pena.

No **Caminho Primitivo**, como também é conhecido o Caminho de Santiago, irá desfrutar da magnífica gastronomia do norte do país num *tour* culinário repleto de tentações para o paladar.

**Durante o caminho vai encontrar até nove espaços declarados Património Mundial pela UNESCO.**

Tem à sua espera castelos, catedrais e pinturas rupestres. Também pode viver a Espanha mais autêntica mergulhando nos nossos costumes, tradições e festas populares.

Seja qual for o seu meio de transporte, esta rota vai-lhe proporcionar uma experiência única em contacto com a natureza. Desde as aldeias nas montanhas dos Pirenéus até ao destino final, nas colinas da Galiza, durante o seu caminho irá cruzar-se com prados e bosques de encantar, irá ver falésias de cortar a respiração e terá a oportunidade de visitar parques nacionais.

Durante a peregrinação, estará sempre acompanhado. No Caminho, e depois de cada jornada, irá conhecer companheiros dos cinco continentes. A hospitalidade dos habitantes dos lugares pelos quais vai passar, comprometidos com o peregrino, vai fazer com que se sinta em casa.

Ganhe coragem para fazer o Caminho de Santiago e prepare-se para um percurso repleto de paz e tranquilidade no meio da natureza. A viagem da sua vida está à sua espera.



# AS ROTAS

Muitas rotas levam a Santiago de Compostela. Pode fazê-las na totalidade ou escolher uma parte do caminho. Acompanhe-nos ao longo de cada uma delas.

## CAMINHO FRANCÊS

As etapas do Caminho Francês oferecem-lhe uma verdadeira viagem no tempo, na qual se vai sentir como uma personagem de uma lenda. Esta variante, de maior tradição histórica, era a seguida pela maioria dos peregrinos durante a Idade Média. A sua passagem deixou uma marca artística e cultural que agora poderá descobrir.

Se optar por esta rota, e se quiser fazê-la na totalidade, começará a sua aventura nos **Pirenéus** e continuará em direção ao sul da Cordilheira Cantábrica até chegar à **Galiza**. Escolha como ponto de partida **Roncesvalles** (Navarra) ou **Somport** (Aragão). Ambos os traçados se unem ao chegar a **Puente la Reina** (Navarra). Prepare-se para ver bonitas paisagens e desfrutar de uma gastronomia excepcional durante o seu percurso.



▲ PONTE DE VILLATUERTA  
NAVARRA

## CAMINHO DE SANTIAGO



▲ FINISTERRA  
GALIZA

Na Comunidade de **Aragão**, irá percorrer bosques e prados de sonho e admirar lugares cheios de magia como a **Estación de Canfranc** e a fonte de **Coll de Ladrones**, em Huesca. Neste mesmo distrito, na aldeia de **Villanúa**, pode fazer uma pausa para visitar a **Cueva de las Güixas** antes de chegar a **Jaca**, uma capital de comarca na qual poderá

▼ MOSTEIRO DE YUSO  
LA RIOJA



▲ SANTO DOMINGO DE LA CALZADA  
LA RIOJA

descansar e encontrar tudo o que necessite. Prepare-se para a próxima jornada degustando um bacalhau *ajuarriero* típico da zona. Continue até **Arrés** e desfrute da incrível vista oferecida pelo miradouro de **Canal de Berdún**: enormes campos de cereais, o bosque à margem do rio **Aragón** e a barreira pirenaica de fundo.

▼ PONTE LA REINA  
NAVARRA



Continue o seu caminho até **Navarra**. Em **Pamplona**, a capital, prove a sanduíche de *chistorra*, um delicioso enchido fresco ou curado com pimentão. Se vier durante a segunda semana de julho, poderá viver as famosas largadas de **San Fermín**. Passará por várias aldeias como **Obanos**, com uma arquitetura civil de enorme beleza, até chegar à ponte romana de **Puente la Reina**. Foi construída no século XI para facilitar a passagem dos peregrinos pelo rio **Arga** e, dez séculos mais tarde, poderá agora atravessá-la. Perto, a dois quilómetros da localidade de **Muruzábal**, encontrará um dos símbolos do Caminho Primitivo, a **igreja de Santa María de Eunate**. De arquitetura românica, é uma das imagens mais conhecidas e utilizadas em publicações relacionadas com o Caminho de Santiago.

Desfrutando sempre de uma natureza esplêndida, desde as terras de Navarra chegará a **La Rioja**, uma comunidade famosa em todo o mundo pelos bons vinhos. Prove-os acompanhados com umas batatas à riojana, um prato humilde, mas delicioso. Nesta região, poderá visitar o berço da idioma castelhano nos **mosteiros de Yuso e Suso**, em **San Millán de la Cogolla**, declarados Património Mundial pela UNESCO.

Em **Santo Domingo de la Calzada**, cidade nascida do Caminho de Santiago, suba à torre-campanário da catedral para conseguir vistas privilegiadas sobre a comarca.





Já em **Castela e Leão**, dedique algum tempo a **Burgos**, uma cidade que deve parte da sua importância ao Caminho de Santiago.

▲ **ABADIA DE SAMOS**  
LUGO

Aqui estabeleceram-se artesãos e comerciantes e, durante séculos, foi uma das cidades mais importantes de Espanha. A catedral é dos mais bonitos exemplos do gótico. Terá uma grande lista de monumentos para visitar: a igreja de San Nicolás, a de Santa Gadea, a Puerta de San Esteban... Recupere forças com um bom assado de cordeiro castelhano ou prove a morcela de Burgos. Vai ficar surpreendido.

Na cidade de Burgos, poderá conhecer a história da humanidade visitando o **Museu da Evolução Humana** e a **jazida de Atapuerca**, muito próxima, declarada Património Mundial pela UNESCO.

Em **Palencia** pode fazer uma paragem em **Terradillos de los Templarios**. O nome recorda a presença dos cavaleiros templários, parte de uma das ordens militares cristãs mais poderosas da Idade Média.



▲ **IGREJA DE SANTA MARIÑA**  
SARRIA, LUGO

Depois de várias etapas nas quais irá percorrer as extensas planícies castelhanas, chegará a **León**, uma cidade escolhida por muitos peregrinos como ponto de partida para o Caminho. Visite a “Capela Sistina” do período românico espanhol, a **Real Colegiata de San Isidoro** e a *Pulchra Leonina*, como é conhecida a Catedral de León. Outro ponto fulcral desta cidade, que foi um antigo acampamento romano do qual ainda existem vestígios, é o antigo **Hospital de San Marcos**.

Perto da capital, em **Astorga**, encontrará o **Palácio Episcopal**, do genial arquiteto modernista **Antonio Gaudí**. Continue até à sua meta, percorrendo a rica comarca leonesa de **El Bierzo**. O centro histórico da sua capital, **Ponferrada**, estende-se aos pés de um imponente castelo fundado por templários. Antes de deixar as terras leonesas faça uma paragem para ver o centro histórico de **Villafranca del Bierzo**. Não deixe de provar a *cecina*, deliciosa carne de vaca curada de forma similar ao presunto curado.

A partir daqui, o terreno começará a exigir mais esforço para superar portos como o de **Cruz de Hierro**, o ponto mais alto do Caminho Francês, ou o de **O Cebreiro**, que dá acesso à Galiza. Desde o santuário de **Santa María a Real**, se o nevoeiro assim permitir, não perca o privilégio de admirar o vale ao amanhecer.

A sua viagem entrará na fase final, pelas colinas da verde Galiza. Riachos, bosques e prados constituem a paisagem desta terra cheia de magia e mistério. Aqui irá descobrir o legado dos antigos povoadores celtas e irá desfrutar da famosa cozinha galega. Prove o reconfortante caldo ou as **empanadas**, que podem ser recheadas com os mais variados ingredientes.



▲ PORTOMARÍN  
LUGO

Na província de **Lugo**, na etapa que vai desde **Sarria** a **Portomarín**, vai ficar surpreendido com a igreja românica em pleno caminho, **Santa María de Ferreiros**. Na **Abadía de Samos**, os monges beneditinos vão-lhe oferecer albergue e a possibilidade de os acompanhar nas suas preces matinais.

Também na província de Lugo, ergue-se a igreja e mosteiro de **San Salvador de Vilar de Donas** na localidade de **Palas de Rei**. No interior irá encontrar um magnífico museu composto por esculturas góticas e retábulos de pedra de grande valor, assim como sepulcros nos quais se sepultaram cavaleiros de Santiago no século XII.

## CAMINHO DE SANTIAGO

Respire, está a chegar à sua meta. Em breve estará no distrito de **A Coruña**, onde terá à sua espera a majestosa **Santiago de Compostela**. Nesta cidade santa respira-se magia. Sentirá a espiritualidade enquanto percorre as naves e capelas da **catedral**, uma joia do românico. Ergue-se a bonita **praça do Obradoiro**, na qual se unem os caminhos que chegam à cidade. Chegou a um destino único: desfrute do ambiente universitário, da atividade cultural e do intenso verde dos parques e jardins.



## CAMINHO DO NORTE

Através deste caminho poderá percorrer o Caminho de Santiago ao longo das margens do **mar Cantábrico**. Tão antigo como o Caminho Francês, é um dos mais bonitos e emocionantes. Conheça as paisagens do litoral do **País Basco**, **Cantábria**, **Astúrias** e **Galiza** de uma forma privilegiada. Aproveite também para degustar a cozinha do norte de Espanha, reconhecida internacionalmente.

Entre na **Espanha Verde**, uma região de uma incomparável beleza natural com paisagens montanhosas, inúmeros cursos de água, falésias que provocam vertigens, bosques frondosos e prados intermináveis. Vai visitar aldeias cheias de história e cidades cheias de vida. Este traçado do Caminho é a variante com mais espaços declarados Património Mundial pela UNESCO.



HONDARRIBIA  
GUIPÚSCOA



PEINE DEL VIENTO (PENTE DO VENTO)  
SAN SEBASTIÁN

Se o quiser percorrer na totalidade, a primeira etapa da viagem será **Irún** (Euskadi/ País Basco), na fronteira com França. Irá percorrer a província de **Guipúscoa** até à sua capital, **Donostia/San Sebastián**: uma belíssima cidade que se estende ao longo de uma baía de areia branca entre os montes **Urgull** e **Igeldo**. Os casarios, as mansões senhoriais e os bairros modernos convertem esta cidade numa das mais atraentes do litoral cantábrico. Aqui, pode visitar o **Museu de San Telmo**, o **Peine del Viento** e o **Kursaal** para ver como a cidade combina tradição e modernidade no seu traçado. Desfrute também da gastronomia: **San Sebastián** é uma das cidades do

mundo com maior concentração de restaurantes com estrelas Michelin por metro quadrado. Prove o vinho branco da província, o *txakolí*.

Nas etapas seguintes pelo litoral guipuscoano vai ter de ultrapassar os desníveis entre as bonitas localidades marítimas de **Zarautz**, **Zumaia** e **Deba**. Entre estas duas últimas poderá ver grandes formações de *flysch*, um fenómeno geológico produzido pela ação erosiva do mar sobre as rochas estratificadas. Desde as aldeias mais altas de **Askizu**, **Elorriaga** e **Itziar**, terá umas maravilhosas vistas sobre as verdes colinas cantábricas.



Entre majestosos azinhais, já em direção ao interior, deixará de ver o mar e encontrará casaríos isolados até entrar na província de **Vizcaya**. Em **Gernika**, que detém o título de "**Cidade símbolo da Paz**", vai sentir a história. Foi destruída totalmente pelas forças aéreas alemãs e italianas durante a Guerra Civil, em 1937. Este facto inspirou o icónico quadro de **Pablo Picasso** que leva o nome da vila.

Sem sair do distrito de **Vizcaya**, chegamos a **Bilbao**, a capital. Vai ficar impressionado com a forma como a cidade uniu o passado industrial com uma arquitetura vanguardista respeitadora daquilo que a rodeia. Uma visita obrigatória é o **Museu Guggenheim**, um edifício de titânio desenhado pelo arquiteto Frank Gehry, que é, ele próprio, uma obra de arte. Se gosta de arte, não perca o **Museu de Belas-Artes de Bilbao**. Recupere forças no centro histórico com os deliciosos *pintxos*, o nome local das tapas, aperitivos do tamanho de uma dentada. Acompanhe-os com os vinhos da zona.

Percorrerá os últimos quilómetros pelo **País Basco** e chegará à **Cantábria**, onde passará pelas bonitas localidades de **Castro Urdiales**, **Laredo** e **Noja** para chegar à senhorial capital cantábrica, **Santander**. Situada a sul de uma das baías considerada como das mais bonitas do mundo, aqui combina-se o mar e a montanha. Deleite-se com a vista a partir de qualquer um dos seus inúmeros miradouros. Passeie pelo centro histórico para ver o traçado repleto de edifícios nobres.



PALÁCIO DE SOBRELLANO  
COMILLAS



▲ RIBADESELLA  
ASTÚRIAS

Seguindo a cordilheira cantábrica, chegará a **Comillas**. Nas ruas distribuídas paralelamente e nas pequenas praças irá ver magníficos solares. Irá adorar as torres e edifícios com ares modernistas. Visite **El Capricho**, uma construção de **Antoni**

**Gaudí**, o **Palácio de Sobrellano**, construção de estilo neogótico e a **Universidade Pontifícia**, que domina toda a localidade.

Muito perto, em **Santillana del Mar**, tem à sua espera o legado do homem do Paleolítico Superior na **gruta de Altamira**, o maior tesouro da arte rupestre espanhola. As suas pinturas, com 18 000 anos de antiguidade, foram declaradas Património Mundial pela UNESCO.

Já nas **Astúrias**, irá viver etapas divertidas e irá comer como um rei. Os concelhos de **Ribadesella** e **Llanes** contam com inúmeras paróquias que acompanham a marcha do peregrino. Em Llanes dedique algum tempo a admirar a preciosa paisagem em redor da igreja de **Nuestra Señora de los Dolores** e a **praia de San Antolín**.



Pouco depois chegará a uma grande cidade asturiana, **Gijón**: uma atrativa combinação de ar marítimo e património monumental e urbanismo moderno junto à praia. Vai adorar. Poderá ver exemplos românicos como a igreja de **San Andrés de Ceares**.

Também vai passar por **Cudillero**, uma bonita vila marítima, e por **Luarca**, conhecida como a **Villa Blanca de la Costa Verde**, mesmo antes de chegar à **Galiza** atravessando a ria de Ribadeo. Nesta comunidade da província de

**Lugo**, visite **Mondoñedo**. Situada num amplo vale aberto até ao Cantábrico, o seu centro histórico, declarado Bem de Interesse Cultural e a sua imponente catedral neoclássica irão transportá-lo séculos atrás no tempo. Prove a tarte tradicional, elaborada à base de massa folhada, frutos secos e frutas cristalizadas.

Em **Arzúa**, uma localidade bem equipada de serviços a 40 quilómetros de Santiago, já encontrará peregrinos que chegam pelo **Caminho Francês**.

## CAMINHO PRIMITIVO

Este é o mais antigo de todos os caminhos para Santiago. Siga um percurso que os peregrinos foram deixando desde o século IX através do interior oeste das Astúrias. É menos concorrido que o **Caminho Francês** e o **Caminho do Norte** e está perfeitamente sinalizado. Além disso, as zonas mais arborizadas são de trânsito fácil e quase não existem troços em asfalto, pelo que poderá desfrutar completamente dos verdes vales asturianos ao longo do todo o trajeto.

Parta desde **Oviedo**, a capital do **Principado das Astúrias**. Uma cidade animada que conta com um grande tesouro patrimonial. Igrejas pré-românicas como as de **Santa María del Naranco**, **San Miguel de Lillo** e **San Julián de Prados** são apenas al-

guns dos edifícios de Oviedo declarados Património Mundial pela UNESCO. O centro histórico pedonal faz com que passear por Oviedo seja um prazer. Na **Catedral de San Salvador** vai encontrar a **Câmara Santa**, uma capela que foi mandada construir pelo primeiro rei peregrino, Alfonso II, para guardar relíquias como o Santo Sudário.

Já no caminho em direção à Galiza, atravessando o coração das Astúrias, vai sentir que faz parte da natureza, acompanhado por rios caudalosos, gargantas escarpadas, cascatas e carvalhos milenários. No caminho encontrará localidades como **Salas**, onde pode visitar a **Colegiata de Santa María**, um dos principais exemplos da arquitetura renascentista asturiana, e a **Torre**





▲ GIJÓN

medieval, onde poderá conhecer melhor o pré-românico no museu que alberga. No **cemitério de Salas**, desde o qual terá uma magnífica vista, ficará impressionado com o **Tejo de San Martín de Salas**, um exemplar de 15 metros de altura com um tronco de 6 metros de perímetro.

Depois, passará pelos concelhos de **Allande** e **Grandas de Salime**, onde será surpreendido pela paisagem protegida das **Serras de Carondío** e **Valledor**. Já perto da Galiza, terá umas bonitas vistas da **barragem de Salime**. E antes de se unir ao Caminho Francês, em **Palas de Rei** (Lugo), chegará ao cume do bonito **Alto del Acebo**, a 1003 metros sobre o nível do mar.

Na jornada pelas Astúrias, prove os deliciosos e generosos pratos tradicionais que esta terra tem para lhe oferecer. Poderá repor forças para continuar o caminho, saboreando o guisado estrela da região, a "**fabada**", com feijões, toucinho e chouriço, ou com um "**cachopo**", dois bifés de vaca recheados de presunto e queijo, panados e fritos. De sobremesa, prove um **arroz con leche** (arroz-doce) e regue a refeição com a popular **sidra**.



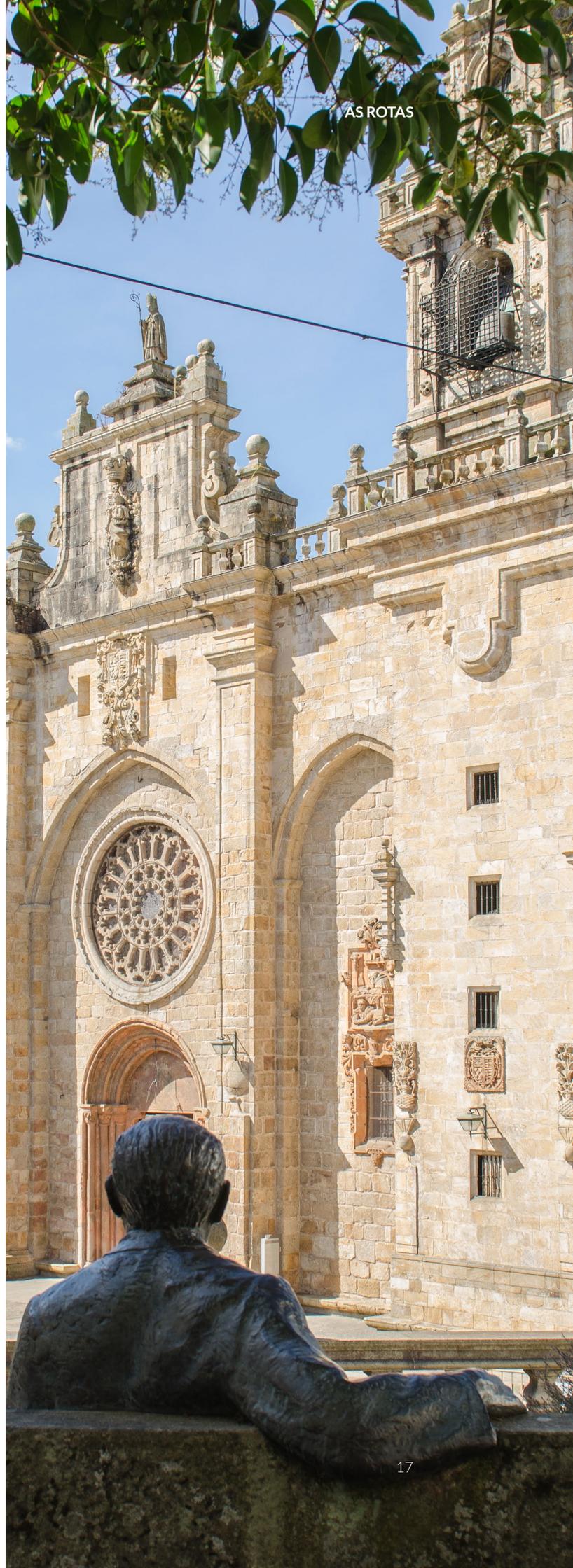
► CACHOPO



▲ BADAJOZ

## OUTROS CAMINHOS

Também pode chegar a Santiago de Compostela seguindo outras **rotas**. Escolha entre o **Caminho Inglês**, o dos peregrinos britânicos e escandinavos que desembarcavam em **Ferrol** ou **A Coruña**. O **Caminho Português** leva-o desde **Lisboa** ao longo da costa atlântica até ao **Porto**, para depois entrar na **Galiza** pela fronteira de **Tui** (Pontevedra). Também pode optar pela **Via da Prata**, uma antiga rota cultural e comercial que **atravessa Espanha** desde **Sevilha**, no sul, até **Gijón**, no norte, conectando-se com vários itinerários do Caminho de Santiago.





## COMO FAZER O CAMINHO?

Antes de fazer frente ao objetivo pessoal que o Caminho de Santiago pressupõe, assegure-se de estar bem preparado. Aqui damos-lhe os primeiros conselhos para começar.

Para conseguir, no final, o certificado que vai certificar a sua façanha, a **Compostela**, irá necessitar da sua documentação pessoal e da credencial do peregrino: um documento similar a um passaporte que lhe dará acesso aos albergues do Caminho. Nestes e também em paróquias, câmaras municipais e até em bares autorizados, poderá conseguir o selo que certifica cada etapa. Para a conseguir deve dirigir-se a uma paróquia ou a um albergue da localidade na qual iniciará o percurso ou a alguma associação dos **Amigos do Caminho de Santiago**. O último selo, o da Catedral de Santiago, pode ser conseguido no **Centro**

de **Acolhimento ao Peregrino de Santiago de Compostela**. Tenha em conta que para conseguir a Compostela deverá comprovar ter percorrido, pelo menos, os últimos 100 quilómetros a pé ou a cavalo e 200 de bicicleta. Também é necessário ter feito o Caminho por motivos religiosos ou espirituais. Se o seu motivo tiver sido outro, pode solicitar um certificado do peregrino.

Algo que deverá decidir antes de começar é como pretende percorrer o caminho. Tem várias opções. Damos-lhe algumas pistas para que, escolha o que escolher, conclua a sua viagem com êxito.

## A PÉ

Se quiser optar pela experiência mais próxima do Caminho, fazê-lo a pé é a melhor escolha e a mais acessível. Poderá admirar a paisagem à sua vontade, desfrutar dos sons da natureza e conversar com pessoas de todo o mundo. Se preferir, pode fazê-lo em silêncio e desfrutar sozinho. O Caminho é um contexto perfeito para a meditação.

Se decidir caminhar, escolha uma boa mochila e, quando a encher, tenha cuidado para não ultrapassar 10 % do seu peso, com um máximo de oito quilos. Durante a viagem alternará entre partes de terra e partes de asfalto, leve calçado confortável para cada terreno: Umas boas botas de *trekking* e umas sapatilhas que já estejam moldadas ao seu pé. São bastante recomendáveis os bastões para se apoiar nas partes mais acidentadas. Não se esqueça das coisas necessárias para a higiene pessoal e de uma pequena farmácia de bordo.

Não se preocupe, se tiver algum percalço, nunca vai estar sozinho. Ajudar o próximo faz parte da alma do peregrino.



## CAMINHO DE SANTIAGO

Tenha em consideração que nalgumas das zonas as temperaturas podem baixar, inclusivamente no verão. Leve roupa que proteja para estes momentos e um impermeável que, em caso de chuva, seja capaz de o tapar a si e à sua mochila. Espanha é o país do sol, por isso leva um boné e protetor solar. Quando for hora de descansar, muitos albergues oferecem uma cama onde estender o saco-cama. Noutras ocasiões é possível que tenha de o estender no chão, por isso um colchão de campismo nunca é demais.



## DE BICICLETA

Se gosta de pedalar, fazer o Caminho em bicicleta é uma experiência única. Poderá percorrer muita mais distância por etapa e aproximar-se mais rapidamente aos infinitos pontos de interesse que o Caminho Primitivo esconde.

Para desfrutar ao máximo, pense numa rota que se adapte à sua forma física e tente escolher as estações do ano nas quais as temperaturas são mais amenas e nas quais chova menos, embora o Caminho esteja perfeitamente preparado para ser percorrido em qualquer época do ano, com uma rede de albergues acolhedores que lhe irão oferecer abrigo seja qual for a época do ano que escolher.

O **Caminho Francês** e o **Inglês** não apresentam grandes dificuldades. O **Caminho da Costa ou do Norte** e o **Primitivo** têm um clima perfeito para os percorrer na primavera e no verão. Na **Via da Prata**, nas principais semanas de verão, o calor converte-se num importante fator que deverá ter em conta.

Durante o percurso encontrará troços e etapas com variantes para todos os que fazem o Caminho de bicicleta. Estão bastante bem sinalizados, mas também pode encontrar informação em guias específicos.

A maior parte das recomendações para peregrinos caminhantes servem. Também terá de levar o equipamento imprescindível para a bicicleta (câmaras de ar sobressalentes, remendos, bomba de ar, óleo...) e para si (óculos, capacete, luvas, colete refletor para as partes em estrada...). E, para dormir, tenha em conta que nos albergues públicos dão preferência aos peregrinos que fazem o caminho a pé.



## A CAVALO

Monte num cavalo e percorra o Caminho como faziam os reis e cavaleiros da Idade Média. Uma forma incomparável de conhecer o Caminho Primitivo.

Os preparativos neste caso são maiores e deverá reservar, com tempo suficiente, lugares para que o cavalo descanse e preparar os sacos de ração que será necessária durante a rota.

## CAMINHO DE SANTIAGO

Embora seja uma forma tranquila de fazer o Caminho, também requer alguma forma física. Não se proponha etapas demasiado longas para que possa fazer várias paragens para esticar as pernas e viver as muitas experiências que a rota lhe irá oferecer.

Terá de avisar a Polícia Local (telefone 092) sobre a entrada a cavalo em **Santiago de Compostela** com vários dias de antecedência. Serão eles que lhe irão indicar o horário e o percurso que deve seguir. Além disso, irão dar-lhe uma autorização de entrada até à **Plaza del Obradoiro** para permanecer por breves momentos em frente à **Catedral**. Tire uma fotografia final para recordar uma experiência tão incrível.

### ▼ MONTE DO GOZO A CORUÑA

## DE COMBOIO OU DE BARCO À VELA

Se pretender percorrer parte do Caminho Inglês, entre Ferrol e Santiago de Compostela, pode fazê-lo a bordo do El Expreso de la Robla, na respetiva Rota do Peregrino. Trata-se de um comboio-hotel clássico cujo trajeto de seis dias permite realizar parte do Caminho Inglês a pé. Começa e termina em Oviedo (Astúrias) e conta com estações em Viveiro, Ortigueira, Ferrol e Santiago de Compostela.

Desde 2016, também se pode fazer o Caminho de Santiago pelas águas do Mar Cantábrico. Os ingleses e os irlandeses foram pioneiros no empreendedorismo de rotas por mar até Santiago de Compostela no século XII.

Neste itinerário, conhecido como "*Sail the Way-Navegue o Caminho*", irá percorrer, em paralelo ao Caminho do Norte, 17 portos desportivos do **País Basco**, **Cantábria**, **Astúrias** e **Galiza**. Para conseguir a **Compostela**, deve percorrer, no mínimo, as últimas 100 milhas náuticas (182 quilómetros), carimbar a credencial do peregrino em cada um dos portos reconhecidos e terminar a última etapa a pé, entre Monte do Gozo e Santiago de Compostela.





# INFORMAÇÃO PRÁTICA

REAL COLEGIATA DE RONCESVALLES  
NAVARRA

## ONDE ALOJAR-SE?

No Caminho de Santiago vai encontrar várias modalidades de alojamento. Cada uma delas oferece uma experiência diferente.

### ALBERGUES

Para viver a experiência mais autêntica do caminho, hospede-se na vasta rede de albergues que este possui. Vai encontrar locais de dois tipos. Nos públicos, é habitual pagar-se uma pequena tarifa estabelecida. As vagas são limitadas e são ocupadas por ordem de chegada dos viajantes, e os peregrinos que viajam a pé ou a cavalo têm prioridade em relação aos que percorrem

o caminho em bicicleta.

Não se preocupe, encontrará sempre um lugar para descansar. Existem outros albergues privados e, quando falta espaço nos albergues, capacitam-se igrejas, pavilhões desportivos, escolas e outros edifícios públicos para acolher peregrinos.

Terá de respeitar os horários de entrada e de saída, assim como a ordem noturna de silêncio para garantir o seu descanso e o dos seus companheiros. O ambiente de solidariedade com outros caminhantes é a tônica geral destes alojamentos. Entrar nestes albergues vai fazê-lo mergulhar na experiência mais fiel ao Caminho Primitivo original.

### HOTÉIS

Espanha conta com uma excelente infra-estrutura turística. Ao longo do caminho vai encontrar uma grande variedade de alojamentos privados adaptados ao seu gosto e orçamento. Desde **hotéis** clássicos e **albergues** de todas as categorias, até **balneários** nos quais o tempo parece ter parado e hotéis modernos com **spa** onde poderá dedicar algum tempo a mimar-se. Nas **casas rurais**, que encontrará por todo o caminho, receberá um tratamento muito familiar.

### PARQUES DE CAMPISMO

Se quiser desfrutar de um contacto especial com a natureza, aloje-se nos parques de campismo do Caminho. A maioria encontram-se em zonas verdes privilegiadas das aldeias que vai atravessar. Também existem de diferentes categorias. Em todos terá os serviços básicos e, em alguns, ficará impressionado com as instalações, com piscinas, atividades para os mais pequenos e ainda animação. No Caminho do Norte vai encontrar a maior rede de parques de campismo e, em algumas aldeias, até mais do que um. O acampamento livre em Espanha está regulamentado. Terá de se informar sobre as zonas nas quais é permitido fazê-lo.

### PARADORES DE TURISMO

Viva o Caminho e a sua história alojando-se em Paradores de Turismo. São estabelecimentos únicos, situados em locais naturais ou históricos de enorme beleza. Palácios, mosteiros, conventos, castelos... Autênticos monumentos que contam com todas as comodidades do século XXI e desde os quais poderá conhecer a cultura de Espanha. Alguns deles são Paradores Museu e fazem parte do património artístico espanhol. Em todos eles encontrará uma proposta gastronómica com os melhores sabores da cozinha tradicional de cada zona. Atualmente, há quase uma centena de Paradores em toda Espanha. Visite <http://www.parador.es> para consultar a lista completa.

No Caminho do Norte, encontrará o **Parador de Santillana del Mar** (Cantábria), uma típica casa senhorial de montanha com a arquitetura da zona. Ao passar pelas Astúrias, em **Cangas de Onís**, vai ficar surpreendido com o antigo **Mosteiro de San Pedro de Villanueva**, rodeado pelos Picos de Europa. Já na Galiza, poderá desfrutar de umas esplêndidas vistas no **Parador de Ribadeo**, alojar-se no torreão medieval do **Parador de Vilalba** ou num solar galego, no **Parador de Verín**. Na província de Ourense, também se sentirá em paz nos claustros do **Mosteiro de Santo Estevo**. Se decidir fazer o Caminho Português, sinta a história no **Parador de Baiona** (Pontevedra), uma espetacular fortaleza fortificada com vistas para o mar.

Na Via da Prata poderá alojar-se num palácio renascentista em **Cáceres**, em pleno centro histórico declarado Património Mundial pela UNESCO. Ao chegar a **Santiago de Compostela**, culmine o caminho no **Hostal dos Reis Católicos**, um bonito hospital para peregrinos construído durante o Renascimento junto à catedral compostelana.



HOSTAL DOS REIS CATÓLICOS  
SANTIAGO DE COMPOSTELA



POLVO À FEIRA

As etapas do Caminho vão exigir-lhe uma reposição de forças diária. Uma oportunidade perfeita para desfrutar da riqueza das cozinhas que irá encontrar durante a viagem.

POTE GALEGO



## A GASTRONOMIA NO CAMINHO DE SANTIAGO

Muitos restaurantes vão oferecer-lhe um “**menú del peregrino**”, uma forma económica de provar os pratos típicos de cada região.

No **País Basco** poderá degustar um estupendo bacalhau, ao pil-pil ou à vizcaína. Prove o *marmitako*, um delicioso guisado de *bonito* e os *chipirones en su tinta* (chocos com a própria tinta). **Navarra** tem excelentes legumes cultivados na margem do rio Ebro. Será surpreendido com o sabor e a simplicidade da borragem assada ou do cardo com amêijoas. Os espargos brancos de Navarra são famosos. Em **La Rioja**, mergulhe na cultura do vinho, em alguma adega poderá ver como se utilizam os sarmentos (ramos secos da videira) para assar as costeletas de cordeiro. Os ovos à riojana são ovos estrelados numa caçarola com alho, pimento vermelho e outras verduras.

Em **Aragão** prove o frango à *chilindrón*, tão delicioso como as verduras aragonesas com as quais se prepara o refogado para o mesmo. Tanto aqui como em **Castela e Leão** são reconhecidos os assados de anho e cordeiro que o vão fazer lambar os dedos. Na zona de **León**, para além da *cecina*, vai encontrar outro enchido único, o *botillo* (botelo). Na **Canábria** prove os guisados reconfortantes, como o cozido lebaniego e o cozido montanhês, e nas **Astúrias**, tente provar



▲ TARTE DE SANTIAGO

as muitas variedades de queijos artesanais, como o cabrales, e a *fabada*. Já na **Galiza**, poderá deleitar-se com os excelentes peixes, mariscos e carne de vaca. Prove especialidades como o polvo à *galega* (em galego, à feira) ou o caldo galego, e acabe da forma mais doce com as deliciosas *filloas* ou com a tarte de Santiago.

O Caminho de Santiago vai certamente deixar-lhe um bom sabor na boca.



	MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO	TURESPAÑA 
--	---	--

 @spain

 @spain

 Spain.info

 /spain