

Inhalt

Über die Autoren und Mitarbeiter	10
Symbole	11
Vorwort	12
Danke	13
Wichtige Vorbemerkungen/Zum Gebrauch dieses OutdoorHandbuchs	13
Allgemeine Hinweise	14
Einleitung	17
Geschichte und Gegenwart	
der Pilgerreise nach Santiago	17
Gründe für die Pilgerschaft	19
Die Jakobsmuschel	21
Der Pilgerausweis und die Compostela	22
Der Pilgerstab	24
Das heilige Jahr	24
Reise-Infos von A bis Z	25
An- und Abreise	26
Ausrüstung	26
Einkaufen	30
Erste Hilfe	30
Essen und Trinken	31
Etappen und Distanzen	32
Feiertage	33
Geld	33
GPS-Daten	33
Information	34
Jakobusgesellschaften in Ⓓ, Ⓐ und ⒸⒽ	35
Klima und Reisezeit	36
Landkarten und Wegmarkierungen	36
Medizinische Versorgung	37
Notruf	37
Post	38
Radfahrer	38
Sprache	39
Telefon	40
Trinkwasser	40
Unterkunft	41
Zubringer zum Camino Primitivo	44
Übersichtskarten	46-47
Anreise zum Zubringer des Camino Primitivo	367,2 45

Villaviciosa - Valdediós	9,4 km	357,8	46
Valdediós - Vega de Sariego	7,1 km	350,7	51
Vega de Sariego - Pola de Siero	10,5 km	340,2	52
Pola de Siero - Oviedo	16,7 km	323,5	55

Camino Primitivo 58

Anreise nach Oviedo			59
Oviedo - Escamplero	11,9 km	311,6	64
Escamplero - San Juan de Villapañada	16,7 km	294,9	70
San Juan de Villapañada - Cornellana	7,8/9,7 km	287,1	74
Cornellana - Salas	11,1 km	276,0	79
Salas - Bodenaya	7,4 km	268,2	82
Bodenaya - Tineo	12,3 km	255,9	83
Tineo - Campiello	13,0 km	242,9	86
Campiello - Borres	2,9 km	240,0	89
Trad. Variante: Borres - Hospitales - Berducedo	24,9 km	215,1	92
Neue Variante 1: Borres - Pola de Allande	11,2 km		94
Neue Variante 2: Pola de Allande - Peñaseita	3,1 km		99
Neue Variante 3: Peñaseita - Berducedo	14,7 km		101
Berducedo - La Mesa	4,0 km	211,1	104
La Mesa - Grandas de Salime	15,4 km	196,1	106
Grandas de Salime - Castro	5,2 km	190,9	109
Castro - Fonsagrada/Padrón	20,8 km	170,1	111
Fonsagrada/Padrón - Cádavo-Baleira	22,9 km	147,2	117
Cádavo-Baleira - Castroverde	8,0 km	139,2	122
Castroverde - Lugo	21,8 km	117,4	123
Nördl. Variante 1: Lugo - Friol	30,1 km	87,3	132
Nördl. Variante 2: Friol - Sobrado dos Monxes	25,9 km	61,4	138
Nördl. Variante 3:			
Sobrado dos Monxes - Boimorto	10,5 km	50,9	143
Nördl. Variante 4: Boimorto - Arzúa	11,1 km	39,8	145
Trad. Variante 1: Lugo - Guntín/San Román	19,6 km		147

Trad. Variante 2:

Guntín/San Román - Ponte Ferreira	7,3 km		151
Trad. Variante 3: Ponte Ferreira - As Seixas	5,5 km		152
Trad. Variante 4: As Seixas - Melide	14,7 km		154

Camino Francés 157

Melide - Ribadiso	11,3 km		158
Ribadiso - Arzúa (Ortsausgang)	3,5 km		160
Arzúa (Ortsausgang) - Salceda (Ortseingang)	11,0 km	28,8	162
Salceda - Santa Irene	5,5 km	23,3	163
Santa Irene - Abzweig Pedrouzo	2,1 km	21,2	
- Pedrouzo (Gemeinde Arca) (3 km)			164
Abzweig Pedrouzo - Monte do Gozo	16,5 km	4,7	167
Monte do Gozo - Santiago de Compostela	4,7 km	0	169
Rückreise			183

Der Weg zum Kap Finisterre 91,8 184

Santiago de Compostela - Negreira	23 km	68,8	186
Negreira - Vilaserío	13,3 km	55,5	190
Vilaserío - Santa Mariña	8,6 km	46,9	191
Santa Mariña - Ponte Olveira - Olveiroa			
	10,7/12,4 km	36,2	192
Olveiroa - Cée	20,5 km	15,7	193
Cée - Corcubión	2,4 km	13,3	196
Corcubión - Fisterra	9,8 km	3,5	197
Fisterra - Kap Finisterre	3,5 km	0	200

Index 206