

Inhalt

Vorwort			9
Würdigung/Danke			10
Wichtige Vorbemerkungen/Zum Gebrauch dieses OutdoorHandbuchs			10
Allgemeine Hinweise			11
Einleitung			14
Geschichte und Gegenwart der Pilgerreise nach Santiago			15
Gründe für die Pilgerschaft			16
Die Jakobsmuschel			18
Der Pilgerausweis - der Credencial			19
Der offizielle Pilgerleistungsschein - die Compostela			20
Der Pilgerstab			22
Das heilige Jahr			22
Reise-Infos von A bis Z			23
An- und Abreise	24	Klima und Reisezeit	33
Ausrüstung	24	Landkarten und Wegmarkierungen	33
Einkaufen	27	Medizinische Versorgung	34
Erste Hilfe	28	Notruf	34
Essen und Trinken	29	Post	34
Etappen und Distanzen	29	Radfahrer	35
Feiertage	30	Sprache	36
Geld	30	Telefon	36
GPS-Daten	31	Trinkwasser	37
Information	31	Unterkunft	37
Jakobusgesellschaften	32		
Zubringer zum Camino Primitivo			40
Anreise zum Zubringer des Camino Primitivo		369,5	41
Villaviciosa - Valdediós	9,4 km	360,1	42
Valdediós - Vega de Sariego	7,1 km	353,0	45
Vega de Sariego - Pola de Siero	10,5 km	342,5	47
Pola de Siero - Oviedo	16,7 km	325,8	50

Camino Primitivo			53
Anreise nach Oviedo			54
Oviedo - Escamplero	11,9 km	313,9	59
Escamplero - San Juan de Villapañada	16,7 km	297,2	66
San Juan de Villapañada - Cornellana	9,7 km	287,5	70
Cornellana - Salas	11,3 km	276,2	74
Salas - Bodenaya - La Espina	8,6 km	267,6	78
La Espina - Tineo	10,9 km	256,7	80
Tineo - Campiello	13,0 km	243,7	83
Campiello - Borres	2,9 km	240,8	86
Traditionelle Variante: Borres - Hospitales - Berducedo	24,9 km	215,9	88
Neue Variante/Teil 1: Borres - Pola de Allande	11,2 km		91
Neue Variante/Teil 2: Pola de Allande - Peñaseita	3,1 km		95
Neue Variante/Teil 3: Peñaseita - Berducedo	14,7 km		97
Berducedo - La Mesa	4,0 km	211,9	101
La Mesa - Grandas de Salime	15,4 km	196,5	102
Grandas de Salime - Castro	5,2 km	191,3	105
Castro - Fonsagrada/Padrón	20,8 km	170,5	108
Fonsagrada/Padrón - Cádavo-Baleira	22,9 km	147,6	116
Cádavo-Baleira - Castroverde	8,0 km	139,6	121
Castroverde - Lugo	21,8 km	117,8	122
Nördliche Variante/Teil 1: Lugo - Friol	30,1 km	87,8	131
Nördliche Variante/Teil 2: Friol - Sobrado dos Monxes	25,6 km	62,1	138
Nördliche Variante/Teil 3:			
Sobrado dos Monxes - Boimorto	10,5 km	51,6	143
Nördliche Variante/Teil 4: Boimorto - Arzúa	11,8 km	39,8	145
Traditionelle Variante/Teil 1: Lugo - Guntín/San Román	19,6 km		148
Traditionelle Variante/Teil 2:			
Guntín/San Román - Ponte Ferreira	7,3 km		152
Traditionelle Variante/Teil 3: Ponte Ferreira - As Seixas	5,5 km		153
Traditionelle Variante/Teil 4: As Seixas - Melide	14,7 km		155
Melide - Boente	5,7 km		161
Boente - Ribadiso	5,6 km		162

Ribadiso - Arzúa	3,5 km		163
Arzúa - Salceda	11,5 km	28,3	165
Salceda - Santa Irene	5 km	23,3	167
Santa Irene - Abzweig Pedrouzo - Pedrouzo	2,1 km	21,2	168
Abzweig Pedrouzo - Monte do Gozo	16,5 km	4,7	171
Monte do Gozo - Santiago de Compostela	4,7 km	0,0	173
Rückreise			188

Der Weg zum Kap Finisterre	93,5	189
-----------------------------------	-------------	------------

Santiago de Compostela - Negreira	23 km	70,5	191
Negreira - Vilaserío	13,3 km	57,2	195
Vilaserío - Santa Mariña	8,6 km	48,6	198
Santa Mariña - Ponte Olveira - Olveiroa	12,4 km	36,2	199
Olveiroa - Logoso	3,8 km	32,4	201
Logoso - Cée	16,9 km	15,5	201
Cée - Corcubión	2,2 km	13,3	205
Corcubión - Fisterra	9,8 km	3,5	206
Fisterra - Kap Finisterre	3,5 km	0,0	211