

# Inhalt

Vorwort.....	9
Der Portugiesische Jakobsweg .....	11
Jakobus und sein Kult .....	12
1 Porto – die Perle am Río Douro	
Anreise, Aufenthalt, Ausgangspunkt.....	14
2 Die alte Eléctrico	
Porto – Lavra, 22 km am 24. April .....	15
3 Der Irrweg	
Lavra – Rates, 24 km am 25. April .....	20
4 In Feierlaune	
Rates – Barcelos, 15 km am 26. April .....	24
5 Fernanda	
Barcelos – Vitorino de Piães, 20 km am 27. April.....	30
6 Laternenmusik	
Vitorino de Piães – Ponte de Lima, 15 Km am 28. April.....	36
7 Dieser Weg wird kein leichter sein	
Ponte de Lima – Rubiães, 17 km am 29. April.....	43
8 War er es? Oder war er es nicht?	
Rubiães – Tui, 20 km am 30. April .....	48
9 Himmel Herrgott!	
Tui – Redondela, 32 km am 1. Mai.....	54
10 Die kleinste Dusche der Welt	
Redondela – Pontevedra , 20 km am 2. Mai .....	59
11 Unbeachtete botanische Exoten	
Pontevedra – Caldas de Reis, 22 km am 3. Mai .....	66
12 Hör mal zu!	
Caldas de Reis – Padrón, 19 km am 4. Mai .....	71

13 Darf es etwas mehr sein? Padrón – Santiago , 19 km am 5. Mai.....	78
14 Pilger-Visite Santiago de Compostela, 6. Mai.....	85
15 Die Heimreise Santiago de Compostela – Düsseldorf, 7. Mai.....	94
Nachwort .....	95
Das »Kuriositätenkabinett« der Fortbewegungsarten .....	97
Nützliches, Wissenswertes über den Camino .....	99
• Was macht den Jakobsweg so faszinierend?	
• Welche körperlichen Voraussetzungen sind notwendig?	
• Wie kann man sich gegen Blasen schützen?	
• Welches Schuhwerk ist zweckmäßig?	
• Welche Kleidung ist ratsam?	
• Was ist beim Kauf eines Rucksacks zu beachten?	
• Wie schwer darf ein Rucksack sein?	
• Welche Jahreszeit ist geeignet?	
• Welche Unterkunft ist ideal?	
• Wie viel Zeit sollte man einplanen?	
• Wie lang sollten die Tagesetappen sein?	
• Sollte man alleine, zu zweit oder mit mehreren laufen?	
• Welche Kosten sind zu veranschlagen?	
• Wie reist man an?	
• Sind Trekking-Stöcke sinnvoll?	
• Wie liest sich die Pilgerstatistik?	
Packliste.....	107
Pilgerpass.....	109
Pilgerurkunde Santiago de Compostela.....	110