

Inhalt

Vorwort	4
Hinweise zur Benutzung	9
Exkurse	10
Karten	11
Die Regionen im Überblick	12
Routenvorschläge	14

Atlantikküste und Hinterland 18

1 Abstecher in die Pyrenäen Nord-Navarras 20

2 Baskenland 28

Irún	31
Hondarribia	32
San Sebastián	36
Von San Sebastián nach Gernika	52
Gernika	60
Mundaka und Berneo	62
Bilbao	66
Vitoria	78

3 Kantabrien 86

Castro Urdiales	88
Laredo	90
Santoña	94
Santander	99
Tal des Río Pas	107
und Ebro-Stausee	110
Santillana del Mar	

Comillas	114
San Vicente de la Barquera	117
In die kantabrischen Picos de Europa	118

4 Asturien 124

Hinterlandroute:	
durch das asturische Bergland	128
Cangas de Onís	134
Gletscherseen	
in den Picos de Europa	137
Arriondas	139
Oviedo	140
Küstenroute:	
von Unquera nach Llanes	148
Auf dem Weg	
nach Ribadesella	149
Villaviciosa	
und Umgebung	151
Gijón	153
Luanco und Peñas-Kap	155
Cudillero	157
Luarca	158
Navia	158
Tapia de Casariego	159

5 Galiciens Norden 160

Ribadeo	164
Foz	167
Viveiro	168
Ortigueira	169
Cedeira	170
Ferrol	171
Sada	173
Betanzos	173
La Coruña	174
Westlich von La Coruña	181

Das Inland: von den Pyrenäen bis Galicien

184

6 Ausflüge im Nordosten

6a Durch den Norden Aragoniens und den Osten Navarras

186

Vom Somport-Pass nach Jaca	187
Jaca	191
Von Jaca nach Sangüesa	195
Sangüesa	198
Von Sangüesa nach Puente la Reina	200

6b Durch den Norden Navarras

204

Pyrenäen und Vorpyrenäen	205
Abstecher in die Täler in Navarras Osten	214
Pamplona	218

6c Ausflüge ab Pamplona

240

Navarras Westen und Nordwesten	241
Navarras Süden	244
Zaragoza	255

6d Durch den Westen Navarras in die Rioja

262

Von Pamplona nach Puente la Reina	263
--------------------------------------	-----

Puente la Reina und die romanische Brücke	264
Estella	267

7 La Rioja

274

Logroño	274
Abstecher von Logroño	284
Von Logroño nach Nájera	296
Nájera	298
Santa Domingo de la Calzada	303

8 Durch Kastilien-León

312

Von Santo Domingo de la Calzada nach Burgos	313
Burgos	318
Abstecher Von Burgos	330
Von Burgos nach León	334
León	344
Von León nach Astorga	355
Astorga	356
Von Astorga nach Ponferrada	359
Poferrada	363
Von Ponferrada nach O Cebreiro	366

9 Galiciens Süden: Osten – Santiago de Compostela – Atlantik

368

O Cebreiro	369
Sarria	374
Von Sarria nach Santiago de Compostela	376
Santiago de Compostela	379
Von Santiago zum Kap Fisterra	394
Abstecher in Galiciens Süden	400

10	Praktische Reisetipps A–Z	406		
	An- und Rückreise	408	Strom	460
	Ausrüstung und Reisegepäck	414	Telefonieren	460
	Autofahren	415	Trinkgeld	462
	Barrierefreies Reisen	419	Unterkunft	463
	Einkaufen und Mitbringsel	419	Verkehrsmittel	467
	Ein- und Ausreisebestimmungen	421	Versicherungen	470
	Essen und Trinken	423		
	FKK	434	11	Land und Leute
	Fotografieren	434		472
	Rund ums Geld	434		
	Informationsstellen	437	Geografie	474
	Internet	439	Klima und Reisezeit	476
	Mir Kindern reisen	439	Tiere, Pflanzen und Schutzgebiete	479
	Lesben und Schwule	441	Geschichte und Gegenwart	483
	Medien	441	Bevölkerung	499
	Medizinische Versorgung	442	Feste und Traditionen	500
	Notfälle	442	Kunst und Literatur	508
	Öffnungszeiten	443	Wirtschaft	512
	Orientierung in den Städten	444		
	Pilgern	445	12	Anhang
	Post	448		514
	Rad fahren	449		
	Rauchen	451	Literaturhinweise	516
	Sicherheit	452	Filmtipps	516
	Sport und Erholung	453	Glossar	517
	Sprache und Verständigung	457	Spanisch-Sprachhilfe	518
			Register	528
			Der Autor	539