


galicia

XUNTA DE GALICIA

A scenic view of a coastal road in Galicia, Spain. The road is paved and curves along a grassy hillside overlooking the ocean. A car is driving on the road, its headlights illuminating the path. The ocean is visible in the background, with waves breaking on the shore. The sky is overcast and grey.

DA NON PERDERE | 7 - 20
DIECI STORIE PER VIVERE LA GALIZIA | 21 - 68
UN'ALTRA GALIZIA | 69 - 85

galicia

Si diceva che sulle nostre coste finisce il mondo, ma prima di perderti nell'oceano Atlantico, un tempo considerato infinito, ti invitiamo a scoprire un universo da far risvegliare i cinque sensi.

Nel corso della **Storia** molte popolazioni hanno tentato di conquistarci e, affascinate dai **misteri** che questa terra nasconde, ci sono rimaste per secoli.

La prova risiede ancora nelle pietre: **petroglifi** e **dolmen**, mura romane e decine di **castri** ce ne danno la conferma. Poco a poco, furono eretti imponenti **monasteri** e **cattedrali**, culminando con l'opera maestra di Santiago di Compostela.

È questa la casa che offriamo ai **pellegri** che giungono da tutte le parti del mondo per essere purificati dal

botafumeiro, la grande incensiera della Cattedrale, dopo le estenuanti giornate del **Cammino di Santiago**, trascorse circondati dall'infinita gamma di verdi dei boschi immersi nella foschia e dei prati popolati da bovini e agricoltori che, insieme ai pescatori di pesci e a quelli di molluschi, rappresentano come nessun altro lo sforzo e il lavoro duro.

È proprio grazie a loro che deliziamo il palato dei visitatori con le più **squisite pietanze**. L'impetuoso oceano fa crescere i migliori **percebes**, mentre le acque placide delle *rias* accolgono saporitissime **vongole**, **capesante** e **cozze**.

L'entroterra è famoso per la preparazione del **polpo** migliore ma è noto anche per i suoi **formaggi**, i **grelos** (un tipo di cima di rapa locale), le patate e il pane.





Siamo specializzati nello sfornare **empanadas** di mais, di cuori di mare, di pettini e di qualsiasi altro animale corra, voli o nuoti, così come in **bolli-ti**, frittate, frutti di mare e crostacei, nell'accompagnare le sardine con **peperoni di Padrón** (D.O.P. Pementos de Herbón), nell'arrostire **castagne**, farcire **granseole** e applicare tecniche innovative a prodotti naturali che i nuovi chef sono in grado di trasformare in succulente prelibatezze.

Il **sapore** e la singolarità dei vini a denominazione di origine come O Ribeiro, Ribeira Sacra, Rías Baixas, Valdeorras o Monterrei portano allegria sulle tavole e, dopo il pranzo, non possono mancare il **liquore al caffè**, alle erbe o una magica **queimada**, accompagnata dal tipico **conxuro** (una particolare filastrocca rituale contro gli spiriti maligni).

Saltiamo le onde alla ricerca della fertilità, accendiamo falò in spiag-

gia nella **notte di San Giovanni**, nelle nostre terre ci sono pietre con poteri curativi, erbe benefiche per l'amore, che crescono sulle scogliere e fontane dalle quali sgorgano acque miracolose.

Visitando la nostra regione, scoprirai **luoghi incantevoli** con fiumi che serpeggiano tra i vigneti, sabbie bianche e sottili bagnate **dall'oceano selvaggio**, borghi medievali e villaggi di pescatori dove si respira il profumo del mare che resteranno impressi nella tua memoria, **monumenti dichiarati Patrimonio dell'Umanità** e isole popolate da forme di vita uniche al mondo.

Vivere la Galizia ti offrirà un'esperienza differente e indimenticabile. Ti allontanerai dalla routine, percorrerai la natura più incontaminata, ti perderai nel mistero e troverai la pace.



DA
NON PERDERE



Spiaggia As Catedrais



Da non perdere

Visitare la Galizia è un'esperienza completa e unica durante la quale scoprirai le bellezze del patrimonio naturale e culturale. Il Cammino che conduce a **Santiago di Compostela**, il cui centro storico è stato dichiarato **Patrimonio dell'Umanità**, è costituito da diverse rotte di pellegrinaggio. Puoi raggiungere anche **Capo Fisterra**, dove anticamente si credeva finisse il mondo.

In un territorio delimitato da **1.650 chilometri di costa**, al nord-ovest della **Penisola Iberica**, i fari sono i veri protagonisti, come la **Torre di**

Hércules, l'unico ancora attivo risalente all'epoca romana. Meravigliose anche le spiagge, molte delle quali selvagge, dove la natura si sbizzarrisce con la sua arte come nella famosa **playa de As Catedrais** (spiaggia delle cattedrali).

Più a sud troviamo il **Parco Nazionale delle Isole Atlantiche**, riserva di fauna e flora uniche, dinanzi al quale si aprono le **Rías Baixas** che, come le **Altas**, sono ricche di pesce, crostacei e frutti di mare. Nell'entroterra potrai navigare nel **fiume Sil**, che si fa strada tra le centinaia di vigneti e monasteri

della **Ribeira Sacra**, oppure ammirare **Lugo** dall'alto delle sue mura romane.

Vestigia di tempi remoti sono i petroglifi, i dolmen e i castri presenti in tutto il territorio, così come i *cruceiros*, gli *hórreos* e i *pazos*, simboli dell'**architettura popolare**.

Famosa per la sua **eccellente gastronomia**, la Galizia spicca per la ricchezza di prodotti naturali e di qualità. Non puoi perderti la grande quantità di pietanze da assaporare nelle sue numerose trattorie o ristoranti.



Piazza Praterias, Santiago di Compostela.



CAMMINO DI SANTIAGO



Il percorso di pellegrinaggio più antico d'Europa è diventato anche il **Primo Itinerario Europeo di Interesse Culturale** che, sin dal Medioevo, ha propiziato gli scambi tra la Penisola Iberica e il resto del continente.

Sarà un'esperienza unica attraversarne i paesaggi: zone montagnose che si alternano a quelle costiere, così come incantevoli paesini dell'entroterra, un itinerario dai mille sapori e valori spirituali. A **Santiago di Compostela** si può accedere da otto vie diverse, la

più famosa delle quali è senza dubbio il **Cammino Francese**. Se sei ancora in forze, puoi proseguire poi fino a **Capo Fisterra**, che anticamente si pensava fosse il punto più estremo del mondo.

CATTEDRALE E CENTRO STORICO DI SANTIAGO



Da quasi mille anni la **Cattedrale** accoglie il sepolcro dell'apostolo Giacomo ed è anche meta delle folle di pellegrini che, da secoli, percorrono centinaia di chilometri provenendo da tutta Europa per ottenere il Giubileo, suggellato dalla "Compos-

tela", un certificato emesso dalla Chiesa, che attesta di aver completato almeno gli ultimi 100 km del percorso.

Dopo aver abbracciato il busto dell'Apóstolo, situato sull'Altare Maggiore, visita la sua cripta e poi lasciati ipnotizzare dal **botafumeiro**.

Potrai anche salire sulle terrazze della Cattedrale, costruite con grandi pietre, da dove è possibile osservare gran parte del centro storico con il suo dedalo di piazze e stradine. Qui, visitatori di ogni nazionalità assaporano i vini e le tradizionali **tapas**.



MURA ROMANE DI LUÇO



Patrimonio dell'Umanità, sono le uniche mura romane al mondo che si conservano ancora intatte. Misurano più di due chilometri ed offrono accesso al centro storico tramite dieci porte.

La leggenda afferma che furono costruite per proteggere un bosco sacro; oggi è possibile percorrerne il cammino di ronda e ammirare da qui gran parte della città, tra cui la Cattedrale e le strade lastricate del centro storico. Durante la festa **Arde Lucus** si rende omaggio al passato romano evidenterissimo in questa città, al quale risalgono

anche le terme pubbliche. In occasione della festa di **San Froilán**, non puoi non assaggiare una porzione di *pulpo á feira* preparato in una delle bancarelle allestite per la festa padronale. Una passeggiata lungo le rive del **fiume Miño**, il più importante della Galizia, è l'ideale per alleggerirsi dopo un buon pranzo o una buona cena.

TORRE DI HÉRCULES



Il **faro più antico** (3) ancora attivo fu costruito per facilitare la navigazione tra il Mediterraneo e il nord-ovest dell'Europa, punto strategico delle rotte commerciali sin dall'antichità. Tra le tante

leggende, secondo quella più conosciuta **Ercole** vinse il gigante **Gerione** per liberare le terre da costui dominate. Dopo avergli tagliato la testa, la seppellì vicino al mare e proprio lì venne eretto il faro. Nei pressi di questo luogo fu fondata la cittadina di **Crunia**, il cui nome pare sia quello della prima donna che vi abitò.

È possibile visitare l'interno della Torre e raggiungerne la cima da dove ammirare A Coruña e l'oceano Atlantico, le cui onde non smettono mai di infrangersi con intensità su tutta la costa. Intorno alla costruzione si estende una vasta zona verde che oggi è un parco scultoreo nel quale passeggiare.



CAPO FISTERRA

I romani chiamavano questo luogo *finis terrae*, la fine del mondo, il punto più occidentale della Terra. Decimo Giunio Bruto, il generale che diresse la conquista in quest'angolo della Penisola Iberica, dopo averne contemplato i tramonti, si convinse che era proprio in questo mare dove moriva il sole.

Situato in piena Costa da Morte, è circondato da spiagge selvagge, colpite dall'implacabile oceano Atlantico e, dalle sue scogliere, è possibile osservare l'immensità marittima che domina il luogo raggiunto da molti peligrini al termine del loro cammino.

Molto vicino al capo si trova la chiesa romanica di Santa María das Areas, che conserva all'interno l'immagine del Cristo da Barba Dourada (Cristo dalla barba dorata), a cui, secondo una leggenda, crescono i capelli e le unghie.

PARCO NAZIONALE DELLE ISOLE ATLANTICHE

Gioiello del patrimonio naturale europeo per la diversità e la singolarità della sua fauna e flora, questo parco è formato dagli arcipelaghi Cíes, Ons, Sálvora e Cortegada, isole dai paesaggi ineguagliabili. L'accesso è limitato, pertanto si raccomanda di realizzare la visi-

ta con le imbarcazioni che partono dai porti di Vigo, Cangas, Baiona o Sanxenxo.

Indipendentemente dall'isola che si desidera visitare, raccomandiamo di realizzare i percorsi di trekking abilitati, avvicinarsi ai fari e visitare le spiagge totalmente naturali, dalle quali è possibile osservare una grande varietà di uccelli e fauna marina.

Queste isole appartengono alle Rías Baixas, durante il percorso avrai l'opportunità di osservare il duro lavoro dei pescherecci che ogni giorno catturano il miglior pesce, crostacei e frutti di mare.



Punto panoramico, Gole del Sil



San Miguel de Eiré, Pantón



RIBEIRA SACRA E GOLE DEL SIL

I fiumi Sil e Miño hanno plasmato per secoli un paesaggio che rende la **Ribeira Sacra** un luogo singolare costituito da scoscesi pendii ricchi di vigneti e monasteri.

È qui dove si trova la maggior concentrazione di **architettura religiosa romanica** dell'Europa, con esempi unici come Santa Cristina de Ribas de Sil, San Miguel de Eiré o Santo Estevo de Ribas de Miño.

Da non perdere, le spettacolari viste che si possono ammirare durante il percorso in catamarano lungo le gole del Sil o dalle passerelle paral-

lele al fiume Mao. Il complemento perfetto per questa escursione sono i vini che si producono da uve coltivate nelle terre di Lugo e Ourense, con denominazione di origine propria.

SPIAGGIA DI AS CATEDRAIS

La violenza con la quale il mar Cantabrico batte sulla **Mariña di Lugo** ha scolpito per secoli questo monumento naturale che si può apprezzare in tutto il suo splendore con la bassa marea, solo così è possibile passeggiare tra **archi di pietra di più di 30 metri** di altezza, gallerie e grotte. È proprio questo particolare aspetto che ha fatto sì che questa spiaggia,

il cui nome reale è Augas Santas, sia stata ribattezzata.

Non dimenticare di chiedere il **permesso** e consultare gli **orari di visita**, visto che l'accesso è ristretto per conservare la **straordinaria bellezza** di questo luogo.

Le **leggende su sirene e marinai** ti accompagneranno mentre percorri i paesini vicini come Ribadeo, con interessanti esempi di case di Indiani, oppure Viveiro, con il suo centro storico e le bellissime chiese medievali. Per recuperare le forze, non dimenticare che, nei porti come quello di Rinlo, si prepara un **riso con crostacei e frutti di mare** saporitissimo.





5



6



7

GASTRONOMIA

Empanadas (1), *grellos* (tipiche cime di rapa della zona), formaggi (5), pesce, vitello, *pulpo á feira* (4), *caldo*, lampreda o pane (6), accompagnati dai migliori vini, sono solo alcuni dei prodotti che si possono degustare in qualsiasi paese o città della Galizia.

Sono molti i **cibi autoctoni** famosi per la loro qualità e provenienza garantita da certificazioni. Tra questi, in particolare, la sugosa e tenera **Ternera Galega** (vitello galiziano) o il **Pimiento de Padrón** (peperone di Padrón) (D.O.P. Pementos de Herbón) (7) del quale è noto il detto popolare “uns pican e outros non” (alcuni piccanti e alcuni no).

Famosa per i suoi **formaggi**, la Galizia dispone di varietà di Queixo Tetilla, Arzúa-Ulloa, Cebreiro o San Simón da Costa. Ti raccomandiamo di assaggiarli tutti perché risulta difficile sceglierne solo uno. Continuando a parlare di vino, sono cinque le denominazioni di origine dei **vini galiziani**: Rías Baixas, O Ribeiro, Ribeira Sacra, Valdeorras e Monterrei, con varietà bianche o rosse.

L'eccellenza delle materie prime fa sì che i migliori chef le includano nei menù dei più importanti ristoranti spagnoli, dove sono ambiti i pesci, i frutti di mare (2, 3), i crostacei e le carni della Galizia.

Il sapore e il colore delle **cozze** autoctone sono insuperabili, così come quello delle **cicale** o delle **capesante**, le preferite dai più prestigiosi ristoratori a livello internazionale. Lo stesso accade per lo squisito **merluzzo** pescato dalle imbarcazioni che partono dal porto di O Celeiro o per i **percebes** estratti dalle pericolose rocce di O Roncudo.

La **ricchezza gastronomica** della Galizia viene onorata dalle molteplici feste che si celebrano in ogni angolo della regione, ti raccomando, quindi, di partecipare a qualcuna di esse. Qui, la degustazione di prodotti a prezzi popolari e l'accompagnamento musicale sono assicurati.



LE RÍAS

Il profilo della Galizia è facilmente riconoscibile per le sue *rías*, lingue di mare che si addentrano nella terra creando un equilibrio perfetto e le cui acque uniche accolgono i migliori pesci, crostacei e frutti di mare. Con **1.650 chilometri di costa**, le sedici *rías* della regione ospitano circa 700 spiagge di sabbia sottile che invitano al riposo, al bagno, alla pratica sportiva o alla navigazione.

Divise tra *Rías Altas* e *Rías Baixas* dal Capo Fisterra, corrispondono, rispettivamente, con il nord e il sud della comunità galiziana, le **prime**

si distinguono per i paesaggi spettacolari di **scoscese scogliere**, mentre il **clima mite di quelle del Sud** le rende una **destinazione molto richiesta per le vacanze estive**.

La ***ría* di Ribadeo** è la più orientale e quella che mette in comunicazione la Galizia con le Asturie. La ricchezza delle sue zone umide rende possibile l'esistenza di una grande varietà di fauna. Nella ***Mariña* di Lugo**, invece, si trovano le *rías* di Foz e Viveiro.

È la provincia di A Coruña quella che possiede il maggior numero di *rías*, precisamente undici, alcune sorvegliate da **imponenti**

capi come quello di Estaca de Bares o Ortegá, alle estremità delle *rías* di O Barqueiro e Ortigueira.

Al riparo del **Golfo Ártabro**, le *rías* di Ferrol, Ares, Betanzos e A Coruña, gremite di spiagge di sabbia sottile e acque tranquille, ideali per la famiglia e per praticare sport nautici come la vela o il surf.

Nella Costa da Morte si trovano le *rías* di Corme e Laxe, Camariñas e Corcubión, i cui incredibili paesaggi marittimi sembrano scolpiti dalla forza dell'oceano Atlantico che batte incessantemente sulle loro scogliere durante i temporali invernali.



Capo Ortegal



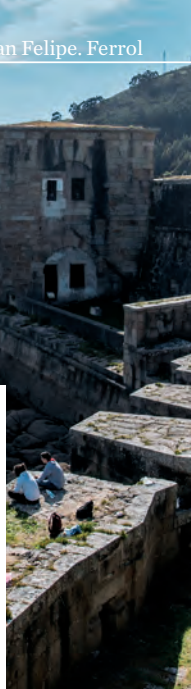
Ría di Vigo



Castello di San Felipe. Ferrol

Le Rías Baixas spiccano per il loro clima mite e per essere un'ambita destinazione turistica estiva per chi punta sulla qualità della vita. Ti sorprenderanno le spiagge della *ría* di Muros e Noia.

E nella *ría* di Arousa ci sono numerosi banchi di frutti di mare, dove lavorano soprattutto donne, mentre quella di Vigo è caratterizzata dalle centinaia di chiatte che galleggiano sull'acqua, da qui, inoltre, si può accedere al Parco Nazionale delle Isole Atlantiche ed ascoltare leggende sui galeoni carichi d'oro che riposano sui fondali.





Parco Archeologico di Arte Rupestre di Campo Lameiro



Cruceiro a Combarro, Poio



Dolmen di Axeitos, Ribeira

PETROGLIFI, DOLMEN E CASTRI

Dall'epoca preromana sono arrivate fino ai giorni nostri **vestigia** che parlano di tempi remoti, incisioni su pietre che celano ancora il **mistero** del loro significato, imponenti costruzioni megalitiche e cittadine fortificate situate sulle alture o in riva al mare, ma sempre in luoghi strategici per la difesa.

Una visita al **Parco Archeologico di Arte Rupestre di Campo Lameiro** ti permetterà di percorrere un circuito tra **80 petroglifi**, la maggiore

concentrazione di tutta l'Europa. Ci sono magnifici esempi di quest'arte scolpita sulla pietra in tutta la Galizia, anche se il significato delle figure rappresentate (spiralì, cerchi, labirinti, simboli geometrici) è ancora occulto.

Sapevi che le **leggende** raccontano che sotto i **dolmen** costruiti con grandi lastre di pietra si nascondono tesori?

Non è stato possibile verificarlo, ma queste costruzioni del Neolitico hanno una relazione con sepolture e riti funebri. Il **Dolmen di Dombate**,

uno dei più spettacolari, integrato in uno spazio musealizzato, attira l'attenzione per le sue grandi dimensioni.

Quando l'Impero Romano colonizzò la Penisola Iberica si rese conto che nel territorio occupato oggi dalla Galizia i popoli vivevano in **castri**. Sempre fortificati, normalmente erano situati in zone alte per rendere più facile la protezione e la vigilanza, si crede anche che la scelta dell'ubicazione in luoghi elevati sia collegata al contatto con l'aldilà. Spiccano per la loro buona conservazione quelli di **Santa Trega, San Cibrao de Las, Viladonga o Baroña**.



Horreo a Combarro, Poio



Castro di Baroña. Porto do Son



Pazo di Oca. A Estrada

HÓRREOS, PAZOS E CRUCEIROS

La lavorazione del **granito** ha contribuito a configurare la nostra etnografia, così come il lavoro dei contadini o dei marinai. Difatti, i **canteiros** lavorano da secoli la pietra con cui sono state erette le migliaia di **cruceiros** che fanno da custodi ai cammini, i **sillares** delle grosse mura dei **pazos** più nobiliari e gli **hórreos** in cui conservare i raccolti più pregiati.

Non esistono due **hórreos** uguali tra loro, se osservi quello di **Carnota**, quelli di **Combarro** o quelli di **Piorredo**, ti renderai conto delle gran-

di differenze. Queste costruzioni, destinate a conservare il raccolto, si poggiano su pilastri che sostengono camere ventilate realizzate in legno o pietra.

Soprattutto rurali, i **pazos**, grandi case di famiglie nobili, vennero costruiti in pietra tra i secoli XVII e XIX, sempre circondati da **magnifici giardini** nei quali normalmente sono presenti specie vegetali dei cinque continenti, tra le quali fanno da regine le camellie.

I **pazos** di **Mariñán**, **Oca**, Santa Cruz de Ribadulla o Fefiñáns sono solo al-

cuni dei maestosi esempi presenti in tutta la regione.

È impossibile percorrere la Galizia senza trovare decine di **cruceiros** visto che ce ne sono circa 12.000. Si tratta di croci di pietra costruite sulle strade o vicino a chiese e cimiteri, espressione della devozione popolare, che hanno lo scopo di proteggere i viaggiatori. Non puoi perderti quello di **Melide**, del XIV secolo, o quello di **O Hío**, costruito nel XIX secolo, che spicca per la sua spettacolarità, decorato con rappresentazioni di diverse scene bibliche.



DIECI STORIE
PER VIVERE
LA GALIZIA





Dieci storie per vivere la Galizia

La Galizia risveglia i cinque sensi. Sentire l'odore dei suoi boschi, ascoltare il mare selvaggio, assaporare la sua gastronomia, notare con le mani la rugosità delle pietre millenarie e osservare la sua variata fauna sono solo alcune delle possibilità che questa terra, dalla natura e patrimonio ricchissimi, ti offre.

La Galizia è fatta per viverla, affinché tu venga a godertela con calma, a seconda delle tue preferenze. Per questo ti proponiamo fino a settanta programmi, da completare in pochi giorni. Man mano che percorri la Galizia, percepirai una gam-

ma variata di verdi, rappresentati tutti nei suoi boschi. Ti impressioneranno quelli di Os Ancares, le Fragas do Eume o le sue isole, come Cortegada.

Gli innumerevoli fiumi, fiumiciattoli e fonti termali sono i responsabili di tutte le tonalità di verde presenti, per questo la Galizia è conosciuta come la terra dai mille fiumi. Ti invitiamo a goderteli, ma senza dimenticare l'acqua salata. Sull'oceano Atlantico, che circonda la regione, ci sono tantissime spiagge praticamente selvagge, con sabbie sottili e dorate, ideali per riposare o praticare sport nautici.

Per riprendere le forze non c'è niente di meglio che percorrere le cittadine marinare della Costa da Morte o le Rías Baixas, dove si può vedere il lavoro delle donne e degli uomini che vivono del mare e assaggiare i pesci, crostacei e frutti di mare più freschi e saporiti.

Sai già che questa terra è magica, per cui non perderti i suoi santuari, nei quali si fondono insieme l'aspetto pagano e quello religioso, così come i giacimenti di arte rupestre, i castri o una bella passeggiata nei giardini brulicanti di camelie che circondano i pazos, nobili residenze rurali.



OCEANO ATLANTICO



CAMMINO DI SANTIAGO (1)



Percorso di pellegrinaggio e di scambio culturale tra la Penisola Iberica e l'Europa, il Cammino di Santiago, Patrimonio dell'Umanità, è famoso in tutto il mondo.

SANTIAGO DI COMPOSTELA (2)



La capitale della Galizia è la destinazione di migliaia di pellegrini che, ogni anno, terminano il Cammino di Santiago. La sua Cattedrale e l'insieme storico sono stati dichiarati Patrimonio dell'Umanità.

SANTA TREGA (3)

Dall'alto del castro, insediamento preromano, si godono le migliori viste della frontiera tra Galizia e Portogallo, dove il fiume Miño si apre all'immensità dell'oceano Atlantico.

TORRE DI HÉRCULES (4)



Racconta la leggenda che Ercole vinse il gigante Gerione e ne seppellì la

testa nel luogo in cui fu eretto il faro, che attualmente è l'unico di origine romana ancora in funzione.

CAPO FISTERRA (5)

La fine del mondo conosciuto e luogo di culto al sole nell'antichità, a questo territorio unico situato sulle rive del selvaggio oceano Atlantico giungono i pellegrini dopo aver visitato Santiago di Compostela.

ISOLE CÍES (6)

La spiaggia di Rodas, la più bella del mondo secondo il quotidiano The Guardian, si trova nelle paradisiache Isole Cíes, che appartengono al meraviglioso Parque Nacional das Illas Atlánticas (Parco nazionale delle isole atlantiche).

FERROL DELL'ILLUSTRAZIONE (7)

Dal XVI secolo, Ferrol, che nacque come paese di pescatori, crebbe fino a diventare la più grande base navale

dell'Europa nel XVIII secolo e porto al servizio dell'Armata Reale.

SERRA DA CAPELADA (8)

Le scogliere più alte dell'Europa continentale si innalzano per più di 600 metri sul livello del mare. Sono abitate da cavalli selvaggi e vi si trova il famoso santuario di Santo André de Teixido.

RIBEIRA SACRA (9)

Le pendici delle montagne, ricche di vigneti ed esempi di magnifica architettura romanica, raggiungono ripide i fiumi Sil e Miño, creando un paesaggio di irripetibile bellezza.

MURA ROMANE DI LUGO (10)



Passeggiando sulle mura romane in miglior stato di conservazione del mondo, si osserva il centro storico di Lugo, presieduto dalla Cattedrale, anche se la leggenda dice che furono innalzate per custodire un bosco sacro.



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

25



BOSCHI DELLA GALIZIA

La gamma infinita di verdi che caratterizza i boschi della Galizia, insieme alle nebbie mattutine e al rumore dei fiumi che li solcano, creano un'atmosfera di calma e mistero in cui avrai voglia di perderti.

Os Ancares

Os Ancares, insieme a **O Courel**, sono una delle più grandi riserve di fauna e flora della Galizia. In queste montagne, attraversate da **diversi percorsi di trekking**, vivono volpi, cinghiali, lupi, caprioli, galli cedroni e addirittura orsi. Ti consigliamo di visitare le Aule della natura per ottenere informazioni più precise prima di iniziare il percorso.

Le **pallozas**, tipiche case di montagna costruite con il tetto di paglia per facilitare che la neve scivoli e che non vengano schiacciate dal suo peso, si possono osservare in villaggi come **Piornedo**. Si tratta di costruzioni preromane, abitate fino a po-

chi anni fa. Tra la **flora** che scoprirai in questi luoghi ci sono i querceti autoctoni, così come gli agrifogli, i cui frutti rossi spiccano nella neve in inverno.

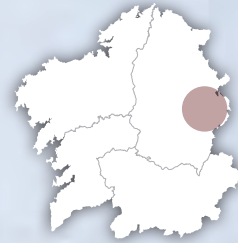
Percorrere la **Fraga da Marronda**, situata a Baleira, nella provincia di Lugo, è un'esperienza diversa in ogni stagione grazie alle tonalità cangianti del suo paesaggio.

Durante il percorso, ben segnalato, troverai ponti, mulini o **hórreos**, questi ultimi costruiti con la tipologia architettonica della zona. Accederai anche alle fonti del fiume Eo, che sbocca nel mar Canta-

brico dopo aver attraversato questo **bosco centenario**.

Nella **frondosa fraga**, bosco formato da specie autoctone della Galizia, potrai vedere querce, betulle, castagni, roveri, noccioli e i caratteristici agrifogli.

Continuando a percorrere questa zona di alta montagna, troverai il **bosco di roveri di Cruzul**, che rappresenta un caso singolare in Galizia, visto che questa specie cresce normalmente in climi più asciutti. Inoltre, narra la leggenda che è abitato dalle streghe. **Accetti di avventurarti e addentrarti in questo bosco**



Villaggio di Piornedo. Cervantes

per scoprire alcuni dei suoi misteri?

Situata nel comune di Becerreá, questa massa boscosa è caratterizzata per essere estremamente fitta, qui i muschi e i licheni abbracciano i tronchi degli alberi, a testimonianza della **scarsa contaminazione** presente nella zona.

Ai castagni centenari del **Souto de Agüeira**, ad As Nogais, per secoli gli abitanti del luogo hanno attribuito poteri curativi, visto che con essi si realizzano rimedi casalinghi, e le loro castagne sono molto apprezzate in gastronomia. Il periodo ideale per visitarlo è l'autunno, quando il suolo è coperto dai ricci aperti dai quali si intravedono i frutti carnosi e saporiti.



Devesa da Roqueira

Situata a **Folgozo de O Courel**, la Devesa da Roqueira offre tante specie vegetali diverse che passeggiare tra di esse sarà **un'esperienza realmente interessante** per gli amanti della botanica e del trekking.

Nelle sue terre si trova la **maggiore diversità vegetale di tutta la Galizia** e, per molti, è il **bosco più bello** della zona.

Le gamme di verdi sono infinite, ci sono infatti faggi, sorbi, aceri, castagni, roveri o tassi che contribuiscono a far sì che queste valli e

montagne siano un vero **spettacolo per i sensi**.

Il percorso segnalato per gli amanti del trekking misura quasi nove chilometri ed ha una difficoltà media. Prima di intraprendere il cammino, puoi informarti sullo stesso presso l'Aula della natura di Moreda, a Seoane do Courel. Una delle più grandi ricompense di questa avventura sarà l'*alcazar* di **Pico Formigueiros** che, dopo essere passati da una laguna glaciale, dà la possibilità di godersi delle viste ineguagliabili.







Fragas do Eume

Catalogato come bosco atlantico per eccellenza, **Fragas do Eume**, rientra nella categoria di parco naturale. Lungo il suo percorso potrai scoprire una moltitudine di specie vegetali autoctone, come felci e licheni che risalgono **all'era cenozoica**. Questo bosco, che si sviluppa su una superficie di più di **9.000 ettari**, è praticamente vergine e ci vivono pochissime persone.

Le **rías** più vicine a questa massa boscosa dal valore incalcolabile, sono quelle di Betanzos e Ares, grazie alle quali il **clima è mite** per tutto l'anno. Il **fiume Eume** e alcuni dei suoi

affluenti irrigano questa valle piena di cataratte e salti d'acqua, il cui incessante scorrere rompe il silenzio del bosco che potrai scoprire seguendo qualcuno dei percorsi segnalati.

Se osservi il terreno puoi distinguere impronte di **lupi** ma, a causa del loro comportamento timido, sarà difficile riuscire a vederli.

In uno dei luoghi più spettacolari si erige il **Monastero de Caaveiro**, costruito nel XII secolo per accogliere gli **anacoreti** che abitavano nella zona. Qui potrai farti un'idea del ritiro spirituale e dell'assoluta tran-

quillità di cui godevano questi primi abitanti. Le **viste panoramiche** sul fiume e sul bosco sono incomparabili.

Molto vicino, anche se leggermente fuori dalla zona, c'è un altro gioiello architettonico: il **Monastero di Santa María de Monfero**, situato in una piccola valle nella quale scorre il fiume Lambre.

Sorprendente la decorazione della sua facciata di granito e ardesia, a **forma di scacchi**, così come i **sarcofagi**, finemente lavorati, conservati al suo interno, appartenenti agli **Andrade**, che governarono nella zona



Ponte medievale sul fiume Sesín



per secoli, diventando una delle famiglie più potenti.

Molto vicino, nel comune di Aranga, si trova un altro dei gioielli naturali di questa zona, la **Fraga das Barbudas**, ricchissima di cascate, alcune delle quali raggiungono i venti metri di altezza, e con un'impressionante varietà vegetale.

Volpi, cinghiali, capre e caprioli popolano questa zona, dove scorrono i fiumi Cambás e Mandeo che sfociano nel mare vicino. Lungo il percorso troverai la piccola centrale elettrica di Barreiros o il villaggio di O Couce, circondato da prati e terreni coltivati, che rappresentano la **tipica immagine rurale galiziana**.



Isola di Cortegada

Situata nella **Ría de Arousa**, l'Isola di Cortegada appartiene al **Parque Nacional das Illas Atlánticas**, insieme alle isole Ons, Cíes e Sálvora. Data la sua tipologia di **spazio protetto**, per accedervi dovrai informarti sugli orari delle imbarcazioni che ti porteranno sulle sue coste.

Visitata da esperti botanici di tutto il mondo, stupisce il **bosco di alloro** che ne ricopre la superficie, un vero tesoro naturale. È abituale cuocere crostacei e frutti di mare con un pugno di foglie di quest'albero per potenziarne il sapore. Quando sbarchi avvicinati al punto informativo per i visitatori dove ti indicheranno i due

percorsi segnalati, entrambi facili da percorrere.

Il primo dei due circuiti segue il perimetro dell'isola, il secondo, invece, percorre la costa fino alla metà dell'isola per poi passare tra gli alberi di alloro. Entrambi gli itinerari cominciano vicino alle rovine dell'**eremo della Virgen de los Milagros**, dal XVII secolo meta di pellegrinaggio per le sue ipotetiche proprietà curative.

La costa dell'isola è gremita di **spiagge tranquille e solitarie** dove riposare, passeggiare o fare un bagno rinfrescante nelle limpide acque.







SANTUARI MAGICI

Terra di credenze e leggende, in Galizia scoprirai luoghi unici e spettacolari viste dai luoghi di culto che, da centinaia di anni, mettono insieme tradizioni di origine pagana e riti cristiani.

Il viaggio dei tre desideri

Questo percorso inizia nella città di **Ferrol**, in provincia di A Coruña e raggiunge **Viveiro**, nella provincia di Lugo. Il viaggio permetterà di conoscere la costa più settentrionale, dove le scoscese scogliere vengono colpite da un irruento **oceano Atlantico**.

Le **credenze popolari** e le **leggende** appartengono alla tradizione di questa terra. Il presunto potere benefico di molti elementi naturali legati a credenze spirituali coniuga il **sacro** con il **profano**. Sono molti i devoti che ogni anno si recano in pellegrinaggio a questi tre santuari per adempiere voti, pregare i santi o contemplare i luoghi in cui si trovano.

A Ferrol ti proponiamo una passeggiata nel **quartiere di A Madalena**, dove apprezzare il passato industriale e marinaro di una città che visse il suo splendore durante l'epoca dell'Illuminismo con la costruzione dei centri militari.

Il primo santuario da visitare sarà **l'Eremo di Chamorro**. Il suo nome proviene dalla devozione che i marinai avevano per l'immagine della Madonna custodita al suo interno, visto che in caso di pericolo di naufragio gridavano: Xa morro! (Sto morendo!), sperando nell'intervento divino. Sarà dinanzi alla loro patrona dove potrai esprimere il tuo primo desiderio.

Continuando a percorrere la costa troverai **spiagge** come quelle di **Covas, Valdoviño, Pantín** o **Vilarrube**, ideali per passeggiare in qualsiasi stagione e che oggi sono predilette dagli **amanti del surf**.

Di **Santo Andrè de Teixido** dice la **leggenda** che ci va da morto per tre volte chi non ci va da vivo almeno una volta. I pellegrini percorrono a piedi fino a cinquanta chilometri per raggiungere il santuario, percorrendo paesaggi delineati da **spiagge selvagge** e **scogliere** la cui altezza arresta il respiro. Sono diversi i **riti** che si associano alla devozione per questo santo. Nella chiesa, del XVIII seco-



lo, non dimenticare di fare la tua seconda richiesta. Andando verso Cedeira, nella Serra da Capelada potrai osservare l'oceano Atlantico dalle scogliere più alte d'Europa. Il tramonto, da qui, è uno spettacolo indimenticabile. Nei paesini vicini potrai assaggiare porzioni di ottimi cannolicchi o percebes.

Sai quali sono le **viste più spettacolari** del mondo? Quelle che si godono da una **panchina** situata sulle scogliere di **Loiba**. Prendi posto, respira, senti la brezza sul viso e osserva l'immensità della *ría* e i capi Ortegál e Estaca de Bares alle sue estremità.

Il **terzo desiderio** lo puoi esprimere dinanzi alla grotta della Madonna di Lourdes del Convento delle Concepcionistas di Viveiro.



Santuari e vigneti

Questo percorso comincia nella cittadina di **Esgos**, in provincia di Ourense, e termina a **O Bolo**, situata nella stessa provincia.

Queste **agresti montagne** rappresentarono il luogo perfetto per gli anacoreti e gli eremiti che in tempi remoti le popolavano. La sua orografia è punteggiata da vestigia architettoniche testimonianza della Storia, dove la vita scorre con tranquillità.

La tua prima destinazione sarà **San Pedro de Rocas**. Nel cuore della **Ribeira Sacra**, terra di vigneti ancestrali, fu in questo monastero dove

si cominciò a sviluppare il cristianesimo in Galizia. Al suo interno si trovano resti dell'unico mappamondo conosciuto dell'epoca romanica in tutta l'Europa, chiamato anche *Mappamundi de los Beatos* (mappamondo dei beati).

Il suo **cenobio**, originale del **VI secolo**, le sue **tre cappelle scavate nella roccia** e le sue **tombe antropomorfe** trasporteranno a tempi passati e potrai sentire la solitudine di chi visse in questo luogo remoto. Qui vicino si trova una **fontana** dalla quale sgorga un'acqua a cui si attribuisce la capacità di curare le verruche e attenuare le rughe.

Nel Centro di Interpretazione della Ribeira Sacra, che si trova nelle vicinanze, potrai informarti su tradizioni e mestieri ancestrali della zona, oltre a conoscere i vini che vi si producono.

Nei pressi si trova il **Monastero di Santa María de Montederramo**. La leggenda attribuisce la sua fondazione a un frate e a due caprioli, nel XII secolo. L'ingresso al tempio è custodito da una statua realizzata in pietra di questo religioso. Il Chiostro Processional e il Chiostro de la Hospedaria sono i gioielli di questo luogo.

Continuando a camminare giungerai a **Castro Caldelas**, dove si trova





San Pedro de Rocas. Esgos

il **Santuario di Os Remedios**, che ospita un curioso museo di arte sacra. Un imponente **castello**, costruito più di 600 anni fa si erige nella parte alta del paese. Al suo interno potrai visitare un centro etnografico dove è ricreata la vita dell'epoca.

Il **ponte romano** sul fiume **Bibei**, costruito ai tempi dell'imperatore Traiano, alto 23 metri, ti darà il benvenuto sulla strada verso **A Pobra de Trives**.

Già a **O Bolo**, arriverai al **Santuario das Ermidas**. La leggenda racconta che l'immagine di Nostra Signora fu scoperta da alcuni pastorelli in una grotta. Lo **spettacolare edificio**, la cui facciata risale al XVIII secolo, fu scavato

nella roccia. Durante la settimana di Pasqua vi si celebra una **famosa Via Crucis**.

Il **paesaggio** ricco di **viti** disposte su terrazze fa da protagonista nelle terre di **Valdeorras**, sulla strada per O Barco, qui vicino troverai la località di **Xagoaza**, con la **chiesa** e il **Monastero di San Miguel**.

La prima è di origine romanica e conserva pitture murali del XVI secolo, mentre il secondo è di due secoli dopo.

Al piano terra, nel monastero, c'è una **cantina** dove potrai partecipare a una degustazione di vini e visitare il magnifico **chiostro** del piano superiore, chiuso con verande di legno.



PATRIMONIO NASCOSTO

Sono molti gli angoli della Galizia che ti consigliamo di scoprire. Terra eminentemente rurale, basta visitare paesi e villaggi per trovare chiese, monasteri, petroglifi, *horreos*, *pazos* o mulini che si rivelano autentici tesori nascosti.

Ourense: pietre incantevoli

Comincerai il tuo percorso nella località di **A Merca** dove si trova la maggiore concentrazione di **hórreos** del paese. Destinati alla conservazione dei raccolti agricoli, questi 34 esemplari ripetono la medesima tipologia: base di pietra, camera di legno e copertura di tegole. Disposti con lo stesso orientamento, creano un **gruppo etnografico molto singolare**.

Seguendo la strada verso Celanova, arriverai a **Vilanova dos Infantes**, un piccolo **paesino medievale** con stradine lastricate piene di case tradizionali e signorili. Nella parte alta si trova la torre di un **castello** e si conserva anche una chiesa in stile romanico.

Le imponenti facciate della chiesa e del **Monastero di San Salvador** ti daranno il benvenuto nella Plaza Mayor di **Celanova**. Molto vicino potrai visitare la **cappella mozarabica di San Miguel**, unica nel suo genere e della quale ti sorprenderanno le piccole dimensioni.

Continuando in direzione sud troverai **Bande**, in cui spicca la **chiesa visigota di Santa Comba**, del VII secolo. Accanto si trova il **Pociño dos Namorados** (pozzo degli innamorati), una fontana le cui acque, secondo una leggenda, sono propizie per l'amore.

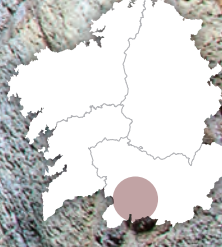
A **Lobios** si trova la **chiesa barocca di San Salvador di Manín**, che fu tra-

sferita due volte pietra su pietra, una nel XVIII secolo e l'altra nel XX. Vicino, nel comune di Muíños, si trova il giacimento di **As Maus de Salas**, che dispone di diverse **tombe megalitiche o dolmen**.

Una passeggiata per la località di **Allariz** ti trasporterà a tempi medievali. Gli edifici costruiti in pietra e legno sono i protagonisti di un **centro storico** tra i più sorprendenti. Approfitta per mangiare in qualcuno dei suoi ristoranti con vista sul fiume Arnoia.

Nel comune di **Maceda** ti attende uno dei **castelli** più impressionanti della Galizia, testimone di diverse invasioni durante il Medioevo.





Ponte di Vilanova. Allariz



Gruppo di horreo. A Merca



Castri, mulini e sambenitos

Questo percorso comincia a **Tui** e termina a **Mondariz-Centro termale**, entrambi comuni della provincia di Pontevedra. **Tui**, conosciuta per la sua **Cattedrale** dall'aspetto difensivo e per le sue strade tipicamente medioevali, dispone di vestigia di ciò che fu un rinomato **quartiere ebraico**.

Passeggiando per il suo centro storico verrai trasportato ad altre epoche, mentre recuperi le forze in trattorie e ristoranti dove potrai assaggiare i prodotti gastronomici più tipici, come le anguille pescate nel **fiume Miño**.

Nel **Museo Diocesano** di questo luogo vedrai l'unica collezione di **sambe-**

nitos conservata in Spagna. Si tratta di scapolari giganti, destinati ad umiliare i condannati dal tribunale della **Santa Inquisizione** che li obbligava a camminare scalzi indossando questi abiti e portando una grande candela accesa. Questa **derisione pubblica** aveva lo scopo di servire da esempio per il resto della società.

Sulla strada verso la località di **To-miño** troverai la **Fortezza di Goián**, situata sulle sponde del Miño, che in questo tratto è già vicino alla sua foce. Si tratta di un insieme di costruzioni difensive che risalgono al XVII secolo, erette su entrambe le rive del fiume.

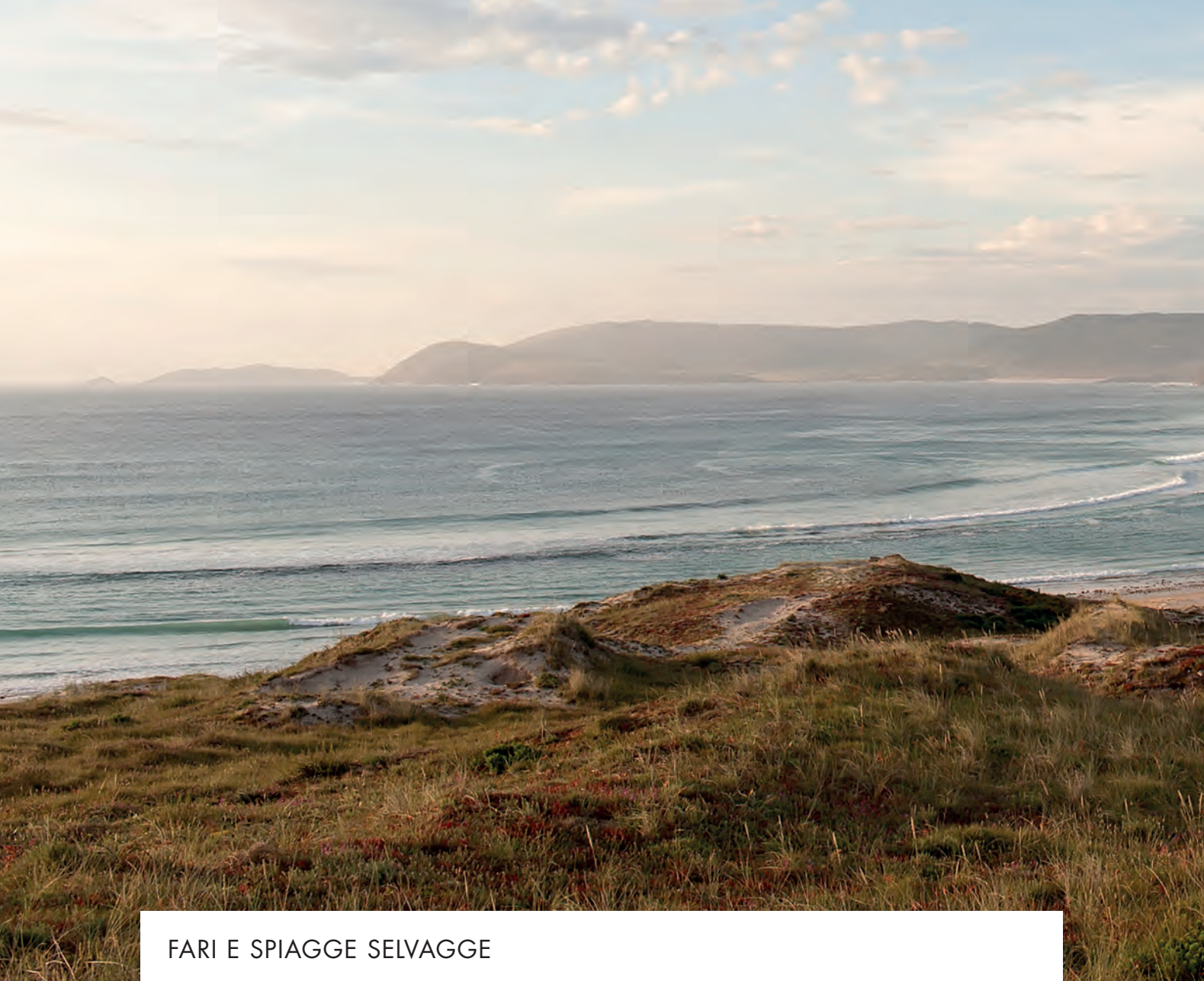
Sulla strada per A Guarda, troverai il gruppo di **mulini di O Folón e O Picón**, costruiti, rispettivamente, nei secoli XVII e XVIII. Disposti a scala per approfittare della forza dell'acqua discendente, attualmente è possibile passeggiare tra i 67 ancora esistenti.

Il **Castro de Santa Trega**, situato ad A Guarda, è uno di quelli meglio conservati di tutta la Galizia. Raggiungi la cima del monte per goderti le **spettacolari viste della foce del fiume Miño**. Oltre agli scavi, che mostrano come vivevano i suoi abitanti, si possono vedere le diverse forme delle case e osservare vari **petroglifi**.



Nei comuni di A Guarda e O Rosal si trova l'estuario del Miño, una zona umida di grandi dimensioni e valore ecologico che si osserva perfettamente dalla cima del castro. Nei ristoranti di queste località potrai recuperare le forze provando i prodotti tipici, tra i quali fanno da regine le **aragoste**.

Proseguendo il percorso passerai dal **Monastero di Oia**, la cui facciata principale si apre al mare. Una volta a **Baiona**, passeggia per il suo centro storico e avvicinati alla replica della **caravella Pinta**. Quella originale giunse in questo porto nel 1493 per comunicare la scoperta dell'America. Infine, per riposare come meriti, il **centro termale di Mondariz** sarà la migliore delle ricompense.



FARI E SPIAGGE SELVAGGE

Con più di milleseicento chilometri di costa, la Galizia è terra di spiagge e mare. L'oceano Atlantico batte le sue coste senza sosta e con forza e forma spiagge dorate e grandi scogliere situate in angoli di infinita bellezza.

Fari e spiagge della fine del mondo

Ti proponiamo di percorrere l'arco della costa galiziana che l'oceano Atlantico colpisce con tutta la sua intensità. Il periplo comincia a **Malpica de Bergantiños** e termina a **Fisterra**.

Questa frangia di terra situata nella provincia di A Coruña si denomina **Costa da Morte** (costa della morte) e deve questo nome alle catastrofi e ai naufragi che si sono verificati davanti alle sue scogliere. In inverno, i **temporali** di vento e mare sono frequenti, rendendo estremamente difficile la navigazione.

Nella zona di Malpica de Bergantiños capirai come i **fari** sono di vitale im-

portanza per orientare i marinai in condizioni estreme, essendo quello di **punta Nariga**, la cui struttura ricorda quella di una nave, uno dei più famosi. Dicono che i **percebes** che si estraggono da **capo Roncudo** sono i più squisiti del mondo, per questo sono così richiesti in mercati e ristoranti. Da terra potrai scorgere le **isole Sisargas**, dichiarate zona di speciale protezione per gli uccelli.

Sulla strada per **Camariñas** è obbligatoria una fermata nelle **spiagge di Soesto e Traba**, presso il comune di Laxe. Una passeggiata sulle loro sabbie sottili sarà rivitalizzante, mentre il forte vento e le intense on-

date fanno sentire tutta la potenza dell'Atlantico.

Camariñas è una cittadina marinara, vicino alla quale si trova **Capo Vilán**. Il suo faro si erige a più di cento metri sul livello del mare ed è stato il primo della costa spagnola a funzionare elettricamente. Nel **Museo dos Naufragios** (Museo dei naufragi) conoscerai la bellezza di questo luogo, insieme alla sua estrema pericolosità per la navigazione, visto che in questo tratto di costa si sono verificati 150 naufragi.

Testimonianza della durezza con cui l'oceano tratta queste terre è il **Cimitero degli Inglesi**, dove sono seppel-



Faro di Cabo Vilán

lite le 172 persone dell'equipaggio della nave militare HMS *Serpent*, affondata nel XIX secolo. Le spiagge di questa zona sono selvagge e sulle loro sabbie, così come nelle isole Cíes, è dove cresce la **camariña**, un arbusto autoctono dal quale deriva il nome del paese.

Il punto più occidentale della Spagna nella penisola è **Capo Touriñán**, accanto al quale si trova la bellissima spiaggia di Nemiña. Vicino, dal **Monte Facho**, potrai scorgere la località di Muxía.

Quando arrivi a **Fisterra** ti troverai nel luogo che, secondo i romani, era **la fine del mondo**. Qui concludono il **Cammino di Santiago** molti pellegrini. Goditi una passeggiata sulle **spiagge di Rostro** o **Mar de Fóra**, sempre solitarie. Non puoi perderti il tramonto da qualcuna delle scogliere vicine.



Rinlo, Ribadeo



Le cattedrali del mare

Partendo dalla cittadina di **Ribadeo** conoscerai l'estremità orientale della costa di Lugo fino a raggiungere **Viveiro**.

Ribadeo si trova nella **María lucense**, la cui costa è vincolata a leggende di sirene e marinai. Il centro storico di questo paese possiede un gran numero di costruzioni di **architettura indiana**. Dopo averlo percorso, potrai passeggiare fino all'**isola Pancha**, che possiede due curiosi fari dipinti di bianco e blu, il più basso della fine del XIX secolo, l'altro del 1987.

Assolutamente da visitare, il paesino di pescatori di **Rinlo**, vicinissimo

a Ribadeo, famoso per il suo piccolo porto e per il famoso riso alla **marinara con frutti di mare** e crostacei appena catturati, preparato nei suoi ristoranti. Dopo aver ripreso le forze potrai passeggiare fino alla **spiaggia di Os Castros** ed arrivare in riva al mare passando da una galleria naturale.

Qui vicino si trova la **spiaggia di As Catedrais**. Conviene informarsi sui permessi necessari per visitarla durante il periodo estivo e la settimana di Pasqua, così come sulla marea. Se è bassa potrai camminare tra gli **archi di pietra** formati dal mare nei secoli, che ha trasformato questi ca-

prici rocciosi in volte di più di **trenta metri** e in **grotte tutte da esplorare**.

Se, invece, preferisci osservare questo spettacolo della natura da un punto di vista più elevato, devi solo sporgerti dalla scogliera. Proseguendo il tuo cammino troverai la spiaggia di Peizás e il castro di Fazouro.

Le **ceramiche** più famose della Galizia sono quelle di **Sargadelos**, la cui fabbrica, dallo stesso nome, cominciò la sua attività nel XIX secolo. Scopri come vengono realizzati i pezzi dalla inconfondibile **policromia** e dal caratteristico blu. Potrai comprare per ricordo qualcuna delle figure o stoviglie.



Qui vicino si trova il **capo San Cibrao**, nel comune di **Cervo**, dove ci sono degli isolotti, **Os Farallóns**, nei quali si dice viva **A Maruxaina**, una **sirena** che, nei giorni di temporale, reclama l'attenzione dei **marinai** che navigano in questa zona, anche se non si sa se per farli naufragare o per aiutarli durante la traversata.

Prima di assaggiare un saporito **merluzzo** offerto come **pincho** in qualcuno dei ristoranti del porto di Celeiro, ti raccomandiamo di visitare la **spiaggia di Esteiro**, a Xove, con zone verdi ideali per un picnic.

Le viste da **Monte Faro** sono incredibili, per questo non dubitare e visitalo prima di percorrere Viveiro, con un centro storico in cui ammirare l'urbanesimo di origine medievale. La sua **Settimana Santa** è stata dichiarata di **Interesse Turistico Internazionale**.





MAR CANTABRICO

OCEANO ATLANTICO



CAMMINO DI SANTIAGO

Meta del pellegrinaggio più antico e frequentato d'Europa, Santiago di Compostela può essere raggiunta da diverse strade provenienti da vari luoghi che attraversano il continente e la Penisola Iberica. Percorrere il Cammino cambia la vita di chi lo intraprende e lo condivide con altri avventurieri. Questa esperienza mette insieme aspetti spirituali, religiosi e sportivi che offrono al viaggiatore un'esperienza totale per i cinque sensi.





Cammino Francese

Questo percorso di pellegrinaggio comincia dal villaggio della provincia di Lugo **O Cebreiro** per terminare dinanzi all'urna contenente i resti dell'apostolo Giacomo nella **Cattedrale di Santiago**.

O Cebreiro si trova in **Os Ancares** e **O Courel** e qui potrai vedere le **pallozas**, costruzioni dell'architettura autoctona della Galizia i cui tetti realizzati in paglia rendono più facile che la neve vi scivoli in inverno. Una di esse ospita il Museo Etnografico dove si può vedere come si viveva in questo territorio per secoli e fino a pochi anni fa.

In questo luogo si trova anche la **chiesa di Santa María A Real**, con la

cappella del Santo Milagro che conserva un calice e una patena, autentici gioielli romanici.

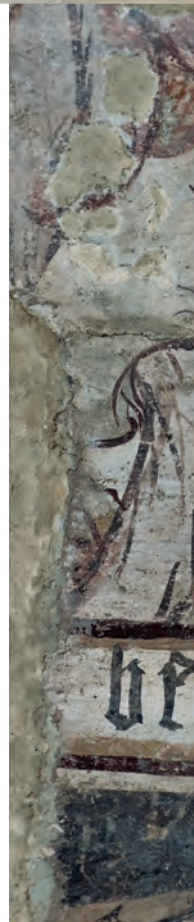
Verso Samos passerai da Liñares, dall'Hospital da Condesa e dall'Alto do Poio, tre luoghi di grande interesse paesaggistico. A **Triacastela**, che figura già come punto finale di una tappa nel **Codice Callistino**, troverai ostelli e alloggi per i pellegrini.

A Samos, dove sono tipiche le trote pescate nei fiumi Oribio e Sarria, potrai visitare la **cappella mozarabica del Ciprés** e il **Monastero di San Xulián**. Il percorso che passa dai suoi chiostri e dalla formidabile chiesa è un autentico viaggio nel tempo. Con-

tinuando fino a Portomarín, arriverai a **Sarria**, una delle località più famose del Cammino.

Partendo da questo luogo e arrivando a Santiago i pellegrini ottengono la **Compostela**, documento che accredita di aver realizzato un minimo di 100 chilometri del percorso. Nel villaggio di **Barbadelo** potrai visitare la chiesa romanica di Santiago, dichiarata monumento nazionale.

Vicino si trova la località di **Portomarín**, con viste sulla diga di Belesar. Le acque qui annegarono l'antica popolazione, pertanto diversi edifici furono trasferiti pietra su pietra, inclusa la **chiesa di San Nicolás**. Se il livello dell'acqua è basso, puoi osserva-





San Salvador de Vilar de Donas, Palas de Rei

re le rovine dell'antico paese. Prova l'**empanada di anguilla**, tipica della zona, insieme alla torta di mandorle e all'**aguardiente** (un tipo di acquavite).

Nel comune di Palas de Rei spicca il **Monastero di Vilar de Donas**, la cui chiesa, all'interno, è decorata con **affreschi del XIV secolo**. A pochi chilometri si trova il **castello di Pambre**, considerato il miglior esempio di architettura militare galiziana e circondato da un bellissimo angolo ricco di vegetazione autoctona.

Per riprendere le forze, è d'obbligo fermarsi nel paese di **Melide**, famoso per la preparazione del **pulpo á feira** (il tipico piatto galiziano a base di polpo), che si degusta accompagnato da **pane di segale**. Sono anche molto famose le sue **melindres**

(dolcetti tipici della Galizia). Continuando a parlare dei prodotti gastronomici tradizionali, il cremoso **formaggio di Arzúa** rappresenta da solo un motivo per visitare questa località.

Poco distante c'è **Santiago di Compostela**. L'arrivo alla meta desiderata viene ricompensato con la messa del pellegrino, che si svolge a mezzogiorno nella Cattedrale, al termine della quale potrai abbracciare il busto dell'**Apostolo sull'Altare Maggiore**.

Approfitta per conoscere il **chiosstro**, il **museo**, la **cripta** dove sono custoditi i resti del corpo dell'Apostolo o la **Porta Santa**, che si apre unicamente durante l'**Anno Santo**, quando il 25 luglio, giorno di san Giacomo, coincide con una domenica.



Lungo la Via della Plata

Viaggiando da Verín fino a Santiago di Compostela conoscerai questo percorso denominato Via della Plata o Cammino del Sud-Est.

A Verín ti darà il benvenuto la fortezza di Monterrei, della quale spicca la sua torre dell'omaggio, che dà nome alla cittadina e alla valle del fiume Támega. Situata nella parte alta di un'acropoli, da 800 anni vigila le terre che si addentrano in Portogallo.

Le sue mura triple, tra le altre costruzioni, contengono il Pozzo Verde, legato a storie di infedeltà e suicidi, come quello della sposa di Pedro il Crudele. Qui sono piatti tipici il *pul-*

po á feira, il baccalà o l'*androlla* (insaccato di carne di maiale), accompagnati dal vino della zona.

Continuando il percorso, arriverai a Augas Santas, molto vicino ad Allariz. Quest'ultimo paese possiede uno dei centri storici più raccomandabili della Galizia. Passeggiando in esso potrai assaggiare dolci come le *melindres* o la *torta real*, oltre al *Queixo do Rexo*, un tipo di formaggio elaborato con latte di pecora.

Conosciuta come la capitale termale della Galizia, Ourense possiede un importante centro storico in cui spicca la Cattedrale, con la famosa

cappella del Santo Cristo. L'esistenza della fontana di As Burgas, da cui sgorga l'acqua a 67 gradi, è legata a una leggenda che dice che sotto la città si trova un vulcano quiescente.

Oltre ad essere capitale del vino di O Ribeiro, Ribadavia accumula un prezioso patrimonio storico-artistico, tra cui spicca il Castello de los Condes, una delle fortezze più rappresentative della Galizia.

Sono molto interessanti le enoteche, dove degustare i vini della zona. Inoltre, non dimenticare di provare i dolci che si vendono nell'antico quartiere ebraico.





Molto vicino a Ribadavia si trova il **centro termale di Laias**, presso il quale riposare dopo aver percorso i vigneti della zona di **San Clodio**, nel comune di Leiro.

La località di Cea è nota per la preparazione di un **pane** (I.G.P. Pan de Cea) famoso in tutta la Galizia. Potrai accompagnare la sua degustazione con il liquore Eucaliptine, preparato con foglie di eucalipto dai vicini monaci del **Monastero di Oseira**.

Spicca per le sue grandi dimensioni e vale la pena perdersi tra l'**immensità dei suoi chiostr**i, la **scala d'onore** e la sua **imponente chiesa**, con il bellissimo deambulatorio con cappelle, a chiusura dell'abside. In una parte laterale troverai la sala capitolare, coperta da una vol-

ta a crociera sostenuta da colonne tortili.

Alla capitale della Galizia, **Santiago di Compostela**, accederai dalla via Ponte do Sar e potrai osservare la collegiata che porta lo stesso nome, le cui mura inclinate sono sostenute da imponenti contrafforti che la rendono estremamente riconoscibile.

Il **centro storico**, con la Cattedrale che fa da protagonista, si trova a pochi passi e, passando dalle sue vie strette, sboccherai nella maestosa **piazza di O Obradoiro**.

Durante il tuo soggiorno non perderti il caratteristico **Mercato di Abastos**, dove acquistare prodotti artigianali e riprendere le forze in qualche bar de tapas.



SORGENTI

1 Come prima destinazione termale a livello nazionale, la Galizia dispone di più di trecento sorgenti, molte delle quali con acque dal grande potere terapeutico per la loro ricchezza di minerali.

Acque termali e vini di O Ribeiro

Realizzando un percorso tra le località della provincia di Ourense, **Cenlle** e **San Amaro**, ti farai un'idea chiara di com'è questa **zona ricca di acque termali e vigneti**.

O Carballiño e **O Ribeiro** sono province alle quali è attribuita la **Denominazione di Origine O Ribeiro**, con il cui nome si produce uno dei vini più gustosi della Galizia. Insieme all'uso delle acque termali, la produzione vitivinicola è l'altra attività economica importante di questa zona

Il villaggio di **Laias** è il luogo ideale per recuperare le forze degustando i prodotti tipici della terra accompa-

gnati da un buon vino. Puoi alloggiare presso case rurali o nell'hotel-centro termale dove, in epoca romana, si utilizzava l'oro del fiume

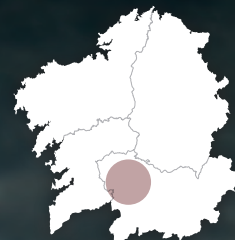
Una camminata sulle **rive del Miño**, il fiume più lungo della Galizia, è una buona idea per godersi la natura da Laias a Barbantes-Estación. Rilassarsi con un massaggio o con un circuito termale nelle acque delle installazioni di Laias, con viste sulla diga di Castrelo de Miño è una splendida idea per terminare la giornata.

Il **pane** della località di **Cea** (I.G.P. Pan de Cea), il **pulpo á feira** di O Carballiño, i cannoli ripieni di crema o il

liquore al caffè sono solo alcune delle delizie culinarie di questa zona.

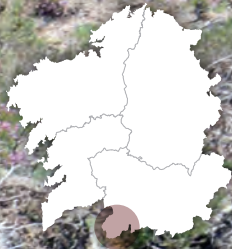
In quest'ultima località ti risulterà curiosa l'architettura del **tempio della Veracruz**, progettato da Antonio Palacios. Il suo stile storicista mescola elementi decorativi di diversi periodi artistici, diventando, insieme ad altri esempi di questo architetto, un edificio estremamente singolare.

Anche **O Carballiño** possiede un importante centro termale, a cui si reca da anni la gente per alleviare diverse malattie o semplicemente per passare delle ore di relax.



Il **Castro de San Cibrao de Las**, uno dei più grandi della Galizia, conosciuto come **A Cidade**, si trova tra i comuni di Punxín e San Amaro. Fu abitato dal II secolo alla fine della **cultura castrexa** e spiccano le sue mura concentriche e la fontana o cisterna con la quale veniva rifornita di acqua l'acropoli.

È raccomandabile partecipare a una **degustazione di vini** in qualcuna delle **cantine** circondate da vigneti della zona per immergersi completamente nello spirito del luogo, i cui **primi ceppi** furono piantati dai **monaci cistercensi di San Clodio**. Questo monastero, che risale al VI secolo, divenne presto un prospero nucleo agricolo. Oggi è un hotel ricco di fascino in cui spicca il chiostro dalla grande qualità artistica.



Acqua e avventura nel Parco di O Xurés

Il percorso si sviluppa tra **Bande e Lobios**, quest'ultima località dispone di un centro termale con acque mine-romedicinali dalle grandi qualità.

Cominciando il periplo, vedrai che nella zona ci sono resti di **insediamenti e strade dell'epoca romana**, circondati da frondosi boschi e verdi valli in cui si possono vedere **salti d'acqua e fauna selvatica**, come caprioli, cavalli o lupi.

La chiesa di **Santa Comba de Bande** è l'unico edificio ancora in piedi di un antico monastero. Risale al **VII secolo** e, anche se di ridotte dimensioni, la sua pianta a croce greca, precedu-

ta da un portico, rivela all'esterno un gioco di volumi di grande effetto. Al suo interno si possono ammirare affreschi nei quali sono rappresentati i quattro evangelisti, così come l'Annunciazione e Dio Padre sul globo terrestre.

A poca distanza si trova l'**accampamento militare romano di Aquis Querquennis**, del I secolo, per il quale fu costruita un'importante strada che collegava Astorga a Braga.

Situato sulle rive del fiume **Limia**, quando quest'ultimo è in piena può essere sommerso e scomparire. Oltre ai resti archeologici, potrai visitare

anche il centro di interpretazione dove scoprirai le numerose curiosità sulla sua organizzazione e funzionalità nell'ambito dell'Impero Romano.

Nel **centro termale di Lobios** potrai trarre beneficio dall'acqua bicarbonata che sgorga a più di 70 gradi. Le sue piscine hanno delle fantastiche viste sulle montagne della Serra do Xurés e sul lungofiume puoi camminare fino alla piscina pubblica con acque termali.

Scoprirai anche mulini, pozze e diversi salti d'acqua dalle infinite varietà di blu.



Nella zona sono tipiche la **caccagione** e la **carne** di mucca, pertanto è raccomandabile tenere presenti questi prodotti quando ordini i tuoi piatti.

La seconda varietà normalmente è di **cachena**, una **razza autoctona di bovino** caratterizzata da grandi corna e che vive in libertà nelle praterie.

Durante il **percorso di Corga da Fecha**, il cui inizio è nel centro termale, attraverserai il luogo in cui si trovano i **resti archeologici della casa Aquis Originis**, dove è possibile visitare una cucina, la zona termale e il sistema di riscaldamento situato nel sottosuolo, utilizzato anche nelle terme imperiali.



PASSEGGIANDO TRA I VIGNETI

Con cinque denominazioni di origine e frutti di tradizioni centenarie, i vini della Galizia sono apprezzati in tutto il mondo e visitare i luoghi in cui si producono sarà un'esperienza assai gradevole.

Cambados, culla dell'Albariño

Cambados è il punto di inizio e di arrivo di questo percorso, durante il quale conoscerai le terre in cui viene coltivata la famosa uva di **Albariño**.

Cittadina nobile, Cambados combina l'**architettura dei palazzi con la tradizione marinara**. I vini offerti dalle sue cantine, della **D. O. Rías Baixas**, sono perfetti per accompagnare **pesci, crostacei e frutti di mare** della zona.

Il Paseo de la Calzada, la via Príncipe o il Parador sono punti da percorrere durante la tua visita a questa località, normalmente gremita di turisti durante i mesi estivi, grazie al suo clima mite e alla sua squisita gastronomia.

La **Festa do Viño Albariño**, dichiarata di **Interesse Turistico Nazionale** e tra le più antiche della Spagna, è uno degli appuntamenti da **non perdersi dell'estate galiziana**, durante la quale puoi visitare le casette che abilitano le cantine della zona per offrire i loro prodotti.

Dal lungomare di questa località si vedono le **isole di A Toxa e Arousa**. Tra queste e la costa osserverai una grande estensione di chiatte destinate alla coltivazione di **cozze** o di **ostriche**, autentiche prelibatezze che si servono nei bar o nei ristoranti locali. Ricorda che le speciali condizioni naturali e uniche delle **rias gali-**

ziane fanno sì che la qualità dei frutti di mare sia insuperabile e famosa a livello internazionale.

Il **pazo de Fefiñáns** è uno dei migliori esempi di architettura civile nobiliare presenti in Galizia. Situato vicino alla chiesa di San Benito, questo **pazo** a carattere semiurbano forma un interessante gruppo artistico che si cominciò a edificare nel XVI secolo.

Nella sua piazza d'armi dominano gli scudi della vicecontea di Fefiñáns e del marchesato di Figueroa. Con pianta ad "L", si apre alla piazza che ne porta il nome, dove spicca la torre merlata. Inoltre, dispone della



più antica **cantina** della zona, del 1904. Puoi realizzare un percorso dalla parte dei **vigneti** o passeggiare nei **giardini**, dove si trovano alberi di specie autoctone, come bossi centenari.

Nel **Museo Etnografico e do Viño** (Museo etnografico e del vino) scoprirai la storia e i metodi di produzione del vino della zona del Salnés, in cui è situata Cambados. Qui vicino si trovano le rovine della **chiesa di Santa Mariña Dozo**, che ospitano un romantico cimitero.

Se passi dal **quartiere marinaro di San Tomé**, arriverai ad un ponte che dà accesso all'isolotto Figueira, in cui visitare le rovine della **torre di San Sadurniño**, costruita nel Medioevo.



Priorato di O Ribeiro

La zona di **A Arnoia** è quella proposta per conoscere questa regione della provincia di Ourense. Con la **D. O. di O Ribeiro**, A Arnoia è una delle zone con maggiore **tradizione vitivinicola** della Galizia.

Questo comune, situato sulle **rive della diga di Fieira** coniuga la produzione del vino con il termalismo, visto che possiede un **centro termale** con acque solforose e fluorate che sgorgano a 22 gradi. Dalle sue terrazze potrai contemplare i boschi che circondano le **rive del fiume Miño**. Navigando in catamarano raggiungerai l'antico centro termale di Cortegada, con un'architettura modernista che ti

trasporterà al decennio degli anni 30 del secolo scorso.

A Arnoia è famosa per i suoi **peperoni**, che si preparano in tanti modi diversi: ripieni, in frittate, fritti, arrostiti o alla brace. Ogni mese di agosto si svolge una festa dedicata a questo prodotto.

Vicino a Ourense, nel **Pazo de Casanova**, potrai visitare la **cantina** ospitata da questo edificio del XVIII secolo. Qui si coltivano le uve **godello, loureira, albariño e treixadura**.

Allo stesso tempo, ti verranno descritti i progetti di ricerca in cui sono

impegnati per continuare lo sviluppo e l'evoluzione dei vini della zona. Non andar via senza degustare i suoi vini e distillati

Nel comune di Leiro, sulla strada verso Ribadavia, troverai la **cantina Viña Meín (1)**, circondata dalle vigne. La grande casa antica che serviva per la produzione di vino, ora si dedica al turismo rurale.

Molto vicino si trova il **Monastero di San Clodio**, considerato la culla di O Ribeiro, perché i suoi monaci cistercensi furono i primi a piantare le viti su queste sponde. Oggi ospita un **hotel**, ma si può accedere libera-



mente ai suoi chiostrì e passeggiare tra i suoi giardini. Della sua chiesa spiccano la pala d'altare e il soffitto a cassettoni.

La cittadina di Ribadavia, con la sua **Festa da Istorìa** (festa della storia), in cui i partecipanti indossano abiti d'epoca, ti trasporterà a tempi remoti, insieme al quartiere ebraico, al castello e alla Casa dell'Inquisizione. Prova uno dei suoi dolci tipici ebraici e assisti ad una delle rappresentazioni della **Mostra Internazionale di Teatro**.

Senza abbandonare Ribadavia, consigliamo di visitare la chiesa di **San Xes de Francelos**. È considerata una costruzione unica nell'ambito dell'architettura preromanica e risale al IX secolo. Ti sorprenderà la decorazione delle sue gelosie.



TURISMO MARINARO

Se desideri scoprire come lavorano i pescatori di frutti di mare e di pesce, che attrezzi e utensili da pesca utilizzano o come funziona una *lonja* (mercato ittico con vendita all'asta), non esitare e avvicinati a qualche paese marinaro per scoprire questo mondo affascinante.

Cittadine marinare: Muros, Fisterra e Muxía

La **Costa da Morte** ti offre l'opportunità di conoscere la vita quotidiana dei tipici paesini che vivono del lavoro in mare. Sono **cittadine marinare**, come Muros, Fisterra o Muxía, ricche di leggende su naufragi e fari che segnalano le coste scoscese.

Fai una gita in barca intorno a **capo Fisterra**, dove nell'Antichità si credeva **finisse il mondo**. Oggi sono molti i pellegrini che concludono il **Cammino di Santiago** di fronte all'oceano. Nei suoi porti potrai osservare come le **redeiras** riparano gli attrezzi da pesca.

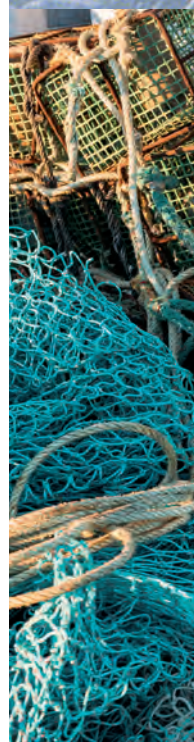
Si richiedono almeno cinque anni per dominare questo minuzioso mestiere. Sarebbe imperdonabile non assaggiare le saporite prelibatezze appena pescate che vengono preparate in una delle trattorie dei porti di **Muros** o **Muxía**.

Terra di storie di naufragi e tragici affondamenti, in numerosi punti della costa vedrai croci che ricordano i morti dell'Atlantico.

I **temporali invernali** in questa zona sono implacabili e la violenza dell'o-

ceano rende difficile o impedisce la navigazione, facendo sì che il lavoro dei raccoglitori di *percebes* o *percebeiros* sia ancora più pericoloso e che rischino la vita sulle rocce.

Presso il Faro di Cabo Vilán, uno dei più importanti della costa galiziana, situato in un angolo di grande bellezza, dal quale si scorgono tramonti memorabili, si trova il **Centro de Interpretación dos Naufraxios, Faros e Sinais Marítimos** (centro di interpretazione di naufragi, fari e segnali marittimi).

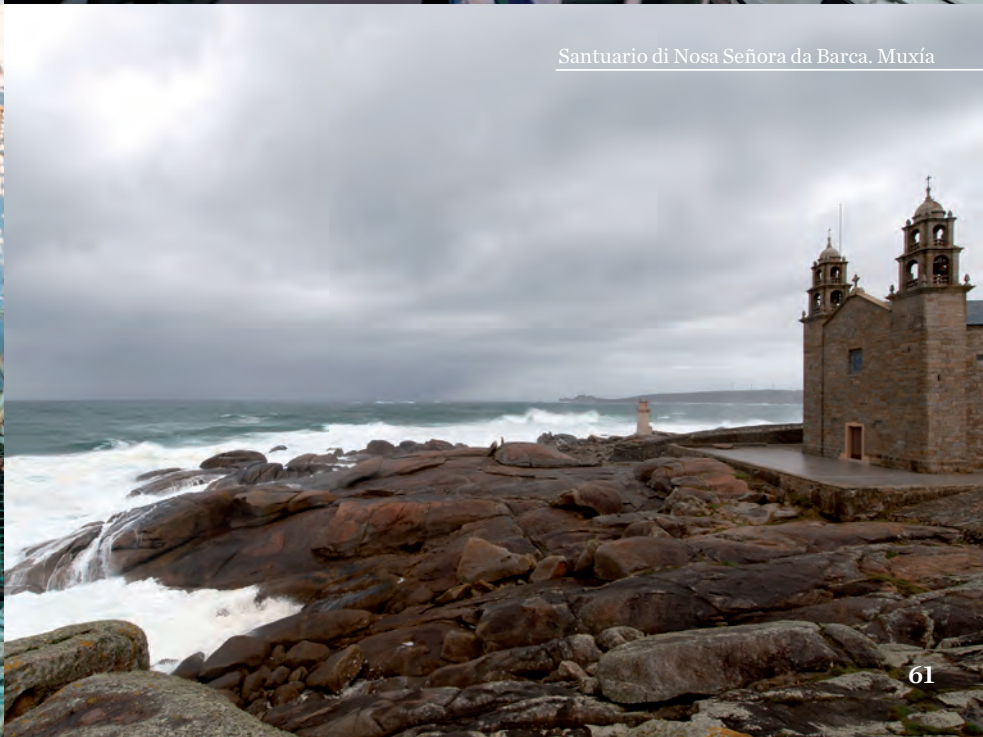




Porto di Muros



Santuario di Nosa Señora da Barca. Muxía





Campo da golf. Isola Toxa. O Grove



Rías Baixas da scoprire

Le Rías Baixas sono la **destinazione estiva** prediletta da molti galiziani. Grazie al loro clima mite, alle **località marinare** come Boiro, Ribeira, Marin, Combarro o Cangas possiedono **spiagge di bellissima sabbia riscaldata dal sole**. Di fronte si trova il Parque Nacional das Illas Atlánticas (parco nazionale delle isole atlantiche), a cui accedere in barca per visitare qualcuna delle sue isole, che nascondono spiagge riparate, oltre a flora e fauna protette.

Sono diversi i gruppi di **pescatrici di frutti di mare** con le quali potrai realizzare un percorso per i banchi di molluschi di una qualsiasi delle **rías di Arousa, Pontevedra o Vigo**. Qui si estraggono vongole o cuori di mare da vendere nelle lonjas (mercato del pe-

sce con vendita all'asta). Situata nella **valle di O Salnés**, Cambados è una delle cittadine più nobiliari di questa zona della Galizia.

Circondata da vigneti dai quali si produce vino **D. O. Rías Baixas**, passeggiando nel suo centro urbano ammirerai le case nobiliari e il maestoso *pazo* di Fefiñáns.

Visitando i **Salazones de Moreiras** di O Grove imparerai molto sui mestieri della pesca e della raccolta di frutti di mare, i *salazones* sono luoghi destinati alla salatura del pesce. Le chiatte dove si allevano cozze e altri molluschi fanno parte del paesaggio delle Rías Baixas. Navigando tra di esse vedrai come viene svolto il lavoro su queste piattaforme.

Continuando a percorrere la costa, troverai **Combarro**; i tradizionali *hórreos*, destinati alla conservazione dei prodotti del raccolto, chiudono il lato del paese che si affaccia sul mare, dietro di essi si trovano le case dei pescatori. Il **granito** e il **legno** di entrambe le costruzioni si combinano tra loro offrendo un gradevole aspetto urbano.

A pochi chilometri si trova **Pontevedra**, che possiede uno dei centri storici più belli della Galizia. Goditi una gradevole passeggiata per le sue strade e piazzette, senza perdere l'opportunità di ammirare la collezione del **Museo Provinciale**, che dispone di un buon esempio della pittura galiziana.





L'ITINERARIO DELLE CAMELIE

Le camelie sono le autentiche protagoniste dei giardini dei *pazos* signorili. Visitali nell'epoca in cui sono in fiore per un'esperienza che diventa un autentico spettacolo per i sensi.

Pazos e giardini

Per realizzare questa escursione visiterai i luoghi delle **province** di **A Coruña** e **Pontevedra** che indichiamo di seguito. Durante il percorso potrai passeggiare, sentire il fantastico profumo e ammirare le particolarità di questi **tradizionali giardini galiziani**.

Per tutto l'anno diverse esposizioni e concorsi si svolgono in molte località della Galizia, dato che la qualità e la varietà degli esemplari fanno da richiamo per amanti ed esperti collezionisti di questa specie a livello internazionale.

Il percorso comincia nel **Pazo de Mariñán**, situato a Bergondo, nella

provincia di A Coruña. La costruzione si trova in una grande proprietà situata accanto al **fiume Mandeo**. Il giardino francese, con disposizione geometrica, è formato da **viali di bosso e banano**, oltre ad azalee, edera, roseti, specie centenarie di clethras e, logicamente, una **grande varietà di camelie**.

A **Santiago di Compostela** potrai ammirare l'elevato livello botanico della **Alameda**, situata al centro della città. È questo luogo tranquillo, insieme alla Carballeira de Santa Susana, all'ombra di banani e palme, dove fioriscono maestose le **camelie chiamate *jacobeas***.

Gli esemplari di **camelia** del giardino del **Pazo de Santa Cruz de Rivadulla** spiccano per la loro **bellezza e per le grandi dimensioni**. Lo spazio botanico ornamentale qui presente è per gli ospiti il più affascinante della Galizia, arricchito nel XIX secolo da Iván Armada, che aumentò notevolmente la collezione delle piante. Questo magnifico esempio di giardino galiziano è distribuito tra **zone selvagge e zone geometriche**. Dispone inoltre di un'**antica serra di cristallo**. In questo luogo idilliaco si rifugiò l'intellettuale e politico Gaspar Melchor de Jovellanos durante l'occupazione napoleonica al principio del XIX secolo.





Conosciuta come la **Versailles galiziana**, il **Pazo de Oca** possiede dei giardini fortificati attraversati da un **grande laghetto** nel quale c'è una **barca in pietra**, colma di vegetazione dove fa da padrone il colore rosso delle camellie in fiore. Camminando potrai ammirare lo spettacolare **viale dei tigli**. Perpendicolari alla facciata principale, la chiesa in stile barocco e un vistoso corridoio di archi che la mette in comunicazione con l'edificio ad uso privato al cui interno si trovano mobili e opere d'arte risalenti ad epoche diverse.

La **Casa da Matanza** o **Casa Museo**, nella quale morì la grande scrittrice **Rosalía de Castro** nel 1885, è praticamente inalterata rispetto alla sua struttura originale. All'interno si conservano foto di familiari e amici

dell'intellettuale, così come ricordi personali, scritti e diversi oggetti quotidiani della Galizia del XIX secolo. Nei giardini della casa spiccano diverse camellie.

A **Vilagarcía de Arousa** puoi visitare il **Pazo de Rubiáns**, di origine medievale, e il suo esteso bosco-giardino la cui sobrietà è interrotta dalle **colorate camellie**, alcune di esse della famosa **varietà Eugenia de Montijo**. La singolarità di questo spazio lo ha reso meritevole della menzione di **Giardino internazionale di eccellenza**. Con cantina propria, dove si produce vino della **D. O. Rías Baixas** che si può visitare per partecipare a una degustazione. Durante la visita guidata ti verranno mostrati l'interno del *pazo* e la cappella.



Pazo di Oca, A Estrada

Il giardino del **Pazo de Quinteiro da Cruz**, situato a **Ribadumia**, è circondato da vigneti della **D. O. Rías Baixas**, con cantina propria, e da un **bosco autoctono**. L'autentica protagonista della **zona verde**, in cui crescono moltissime specie esotiche e tropicali, è la camelia, ne fioriscono infatti circa **5.000 esemplari** di più di mille varietà. Un altro esempio di pazo con cantina è quello di **Fefiñáns**, a **Cambados**.

Costruito nel XVIII secolo, il **Pazo de A Saleta**, a **Meis**, dispone di cappella e colombaia, come era proprio di queste costruzioni signorili nelle quali non mancano superbi giardini. Quello che circonda questa grande casa rurale dispone di più di **duecento varietà di camelie** e fu opera della coppia britannica Gimson che,

dopo aver acquistato l'edificio negli anni '60 del XX secolo, ideò un **giardino botanico in stile inglese** con specie provenienti dai cinque continenti e lo trasformò in uno dei più rinomati della Spagna.

Le origini del **Pazo de Lourizán** risalgono al XV secolo, anche se l'edificio attuale, in stile modernista, fu costruito nel XIX. I **54 ettari di terreno** in cui si trova, nel tempo sono stati destinati a diversi usi, da **allevamento a centro di ricerca forestale**. L'abbondante presenza di una grande varietà di camelie trasforma la zona verde in un'**esplosione di colore**.

Camelie e rose si mescolano nel giardino del **Castello di Soutomaior**, dove acquistano un protagonismo sempre maggiore durante gli





Pazo di Santa Cruz de Rivadulla. Vedra

anni. I delicati fiori sono circondati da castagni centenari e da specie vegetali provenienti dai cinque continenti. Come quello di Rubiáns, anche quello di Soutomaioir è stato denominato **Giardino internazionale di eccellenza**.

Dal **Parco di O Castro** potrai goderti le migliori viste della ría di **Vigo** e scoprirai il passato romano della città, ma vedrai anche le tante camelie che crescono tra aranci e cipressi.

Il giardino che circonda il **Pazo-Museo Quiñones de León**, trasformato in museo municipale dove vengono esibite collezioni di archeologia, pittura e arti decorative, ti offre l'opportunità di fare una gradevole passeggiata tra un'infinità di specie vegetali

in piena città di **Vigo**. È alla fine di febbraio quando le camelie in fiore mostrano tutto il loro splendore.

I **giardini galiziani** contengono molte sorprese. Visita il **Pazo de San Lourenzo de Trasouto**, a Santiago di Compostela, che conserva magnifici esemplari di camelia e un giardino pieno di siepi di bosso che disegnano simboli allegorici del **cristianesimo**.

Allo stesso modo, il **Pazo do Faramello**, costruito al principio del XVIII secolo tra Santiago e Padrón, è circondato da una proprietà di 126.000 metri quadrati dove si trovano **bucoliche zone verdi**. Parte dei suoi giardini sono costruiti su un'antica fabbrica di carta situata sulle rive del fiume che lo attraversa.



UN'ALTRA
GALIZIA



Museo do Mar, Vigo



L'arte è in strada

L'arte è presente in qualsiasi angolo della Galizia da tempi ancestrali. **Petroglifi, dolmen e castri** parlano al visitatore di un passato remoto pieno di incognite. Vieni a scoprire i suoi misteri, mentre ti imbatti in **pazos signorili, hórreos o cruceiros**.

La **pietra** è il denominatore comune di tutte queste opere. Chi la lavora, i **canteiros**, svolge un mestiere tradizionale grazie al quale per secoli sono stati costruiti **case, strade e monasteri**. Sono di pietra incisa le facciate dei **tempi romani**, distribuiti in tutta la regione, tra cui spicca l'opera maestra del **Portico della Gloria della cattedrale di Santiago**, così come

gli scudi e i sepolcri delle famiglie nobili situati sulle facciate di **pazos** e all'interno delle chiese. Nota la rugosità e la consistenza del **granito** sotto le mani.

Se quello che preferisci è visitare **musei**, sei fortunato. La Galizia dispone di centri a tematica molto varia, sia nell'ambito **rurale** che nelle **città**. Le possibilità sono innumerevoli, per imparare o per passare il tempo. Tutte le **città della regione** dispongono di famosi musei. Se ti appassiona la storia nautica, visita il **Museo Navale di Ferrol**, nel quale si mostrano riproduzioni di navi, strumenti di navigazione o cartografia. Se, al contrario,

preferisci la pittura, visita il **Museo de Belas Artes da Coruña** (museo di Belle Arti di A Coruña) per contemplare le opere dei principali **artisti galiziani del XX secolo**. A **Santiago di Compostela** conoscerai le **tradizioni e i costumi della Galizia** attraverso la **collezione etnografica del Museo do Pobo Galego** (museo del Popolo galiziano).

Passeggiando per **Pontevedra**, troverai il suo **Museo Provinciale**, con diverse sedi nel centro storico. **Vigo**, con il porto più importante della Galizia, possiede il **Museo do Mar** (3), in cui potrai conoscere lo stretto legame della Galizia con il mare.



Monastero di Monfero

Centro galiziano di Arte Contemporanea,
Santiago di Compostela



Fondazione Luis Seoane. A Coruña

Per sapere come si viveva nella **preistoria** e nel periodo precedente alla **romanizzazione**, ti raccomandiamo i **parchi archeologici di Campo Lameiro e San Cibrao de Las**. Nel primo scoprirai magnifici esempi di **arte rupestre** materializzati su **petroglifi**. Nel secondo saprai com'erano i castri della **cultura castrexa**.

La ricchezza monumentale e artistica di **Monforte de Lemos** è un esempio di quello che puoi trovare durante le tue escursioni per i **paesi galiziani**. Il **Museo de Nuestra Señora de la Antigua** ospita un'eccelsa **pinacoteca** con opere di El Greco e Andrea del Sarto, mentre il **Museo de Arte Sacro de las Clarisas** (museo di Arte sacra delle Clarisse) esibisce un'importante colle-

zione di pezzi italiani acquistati dai Conti di Lemos nel XVII secolo.

Se, al contrario, preferisci l'**arte contemporanea**, devi assolutamente visitare la **Fundación Luis Seoane di A Coruña**; il **Centro Galego de Arte Contemporánea, a Santiago di Compostela**, o il **Museo de Arte Contemporánea, di Vigo**. Le esposizioni temporanee di quest'ultimo mostrano le più recenti correnti creative.

L'architettura è l'autentica protagonista della **Cidade da Cultura** (Città della Cultura). Progettato da Peter Eisenman, questo insieme formato da diversi edifici è considerato una pietra miliare a livello mondiale. Potrai visitare il **Museo de Galicia**, con una programmazione di esposizioni diverse, la **Biblioteca e l'Archivio**.



Lingua e letteratura

In Galizia, oltre al castigliano, parliamo il galiziano. **Entrambe le lingue sono ufficiali**, per questo, se solo conosci lo spagnolo, non avrai nessun problema per comunicare in tutto il territorio, visto che la maggior parte della popolazione è bilingue.

Il **galiziano** è una **lingua romanza**, simile al portoghese, che ebbe una grande importanza nel Medioevo, quando si utilizzava nella poesia dei trovatori. Il re **Alfonso X il Saggio**, scrisse le sue celebri **Cantigas de Santa María** (Cantiche di Santa Maria) in questa lingua.

Durante la tua visita **imparerai parole** di difficile traduzione ad altre lingue,

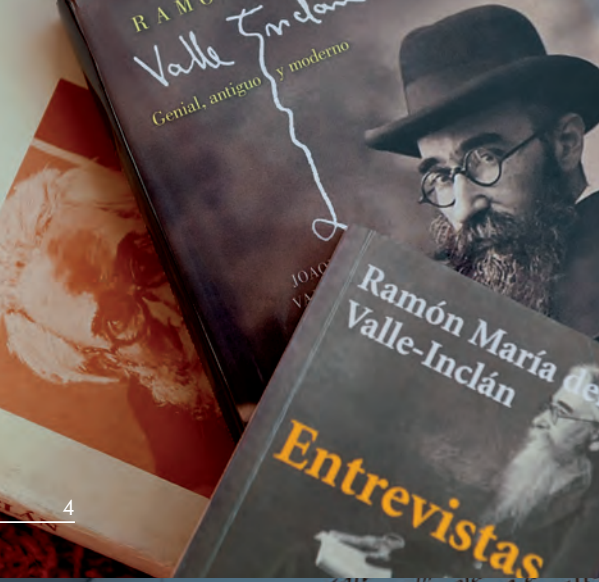
come **riquiño, enxebre, ruliña, aloumiñar o toxo**. Ascoltandole percepirai la **particolare cadenza** e la **lieve sonorità** che possiede il galiziano.

Con un'ampia tradizione letteraria, in Galizia le donne hanno avuto un ruolo molto importante in quest'ambito, ne sono autorevole esempio i versi di **Rosalía de Castro** o i racconti sulla società del XIX secolo della splendida prosa di **Emilia Pardo Bazán**. Entrambe sono un punto di riferimento per le lettere in lingua spagnola.

Sono diversi gli scrittori nati in Galizia la cui carriera è stata premiata, tra questi **Camilo José Cela**, vincitore del **Premio Nobel**, autore di celebri

opere come **L'Alveare** o **La famiglia di Pascual Duarte**. Spiccano anche i nomi di **Ramón María del Valle-Inclán** (4), **Eduardo Blanco Amor**, **Álvoro Cunqueiro**, **Alfonso Daniel Rodríguez Castelao**, **Gonzalo Torrente Ballester** o **Manuel Rivas**.

Se hai voglia di saperne di più della vita di questi intellettuali, conoscere le case dove vissero o ammirare le esposizioni che si offrono, visita la **Fundación Camilo José Cela** (2), la **Casa Museo Emilia Pardo Bazán** (3), la **Fundación Rosalía de Castro** (5,6) o la **Fundación Gonzalo Torrente Ballester** (1), dove vengono custodite biblioteche e prime edizioni delle loro opere.



4



5



6





Natura allo stato puro

La **ricchezza naturale** della Galizia fa sì che gran parte del suo territorio sia protetto, visto l'interesse dei suoi diversi habitat. Passeggia per i boschi dove vivono i lupi e naviga verso isole con spiagge selvagge.

Parque Nacional das Illas Atlánticas (Parco Nazionale delle Isole Atlantiche). Un'imbarcazione ti condurrà alla **spiaggia più bella del mondo**, l'arenale di Rodas nelle **isole Cíes**, secondo il quotidiano The Guardian. Formato dagli arcipelaghi di **Sálvora**, **Cortegada**, **Ons** e **Cíes**, questo parco è una riserva unica di fauna e flora.

Fragas do Eume. Nel bosco atlantico meglio conservato della Penisola

Iberica potrai passeggiare immerso in una meravigliosa vegetazione autoctona e raggiungere il **Monastero di Caaveiro**, con spettacolari viste del fiume Eume.

Parco Baixa Limia-Serra do Xurés. Le leggende su questa terra, ricca di cascate, monumenti megalitici, acque termali e l'importante **strada romana Via Nova**, combinano fantasia e realtà.

Complesso dunare di Corrubedo. La famosa **duna gigante** presiede questo idilliaco luogo sul mare. Percorrendo strade abilitate potrai osservare le **lagune** che la circondano, Carregal e Vixán.

Monte Aloia. Punto panoramico naturale che si affaccia sulla valle formata dal fiume Miño, il più grande della Galizia, nel suo passaggio da Tui, dalla sua cima si godono **viste panoramiche grandiose**.

O Invernadeiro. Praticamente disabitata, per percorrere questa montagna è necessario disporre di un permesso. Il suo **isolamento** la trasforma nel luogo privilegiato per godersi in esclusiva i suoi fiumi e il bosco autoctono.

Serra da Enciña da Lastra. La presenza di **querce** e altre specie mediterranee è un'eccezione in Galizia. Questo territorio è inoltre un paradiso per gli speleologi.



Spiaggia di Domiños



Galizia, spazio naturale

Oltre ai parchi nazionali e naturali, la Galizia dispone di una rete di **spazi naturali** costituiti da **Paesaggi Protetti**, **Monumenti Naturali**, **Zone di Protezione Speciale dei Valori Naturali**, **Luoghi di Importanza Comunitaria** e **Riserve della Biosfera**.

A Viveiro, al nord di Lugo, potrai osservare l'**Abuelo de Chavín** (il nonno di Chavín). Si tratta di uno degli alberi più alti della Spagna, un **eucalipto** di **62 metri**, che vive nel **Souto da Retorta**. Nella **Costa Ártabra** di A Coruña, nella **Serra da Capelada**, ci sono le scogliere più alte d'Europa.

Nella **foschia** vedrai **cavalli selvaggi**, **pareti di pietra** che si addentrano

nel **mare violento** e **santuari** dove si recano, secondo la leggenda, anime reincarnate. Più tranquille sono le acque che bagnano le **paradisiache spiagge** della provincia di Pontevedra, nel comune di **Cangas**. Situate tra le rías di Pontevedra e Vigo, nella **Costa da Vela**, ti stupiranno con le loro sabbie bianche e sottili.

Passiamo dalla costa **all'alta montagna**. A **Pena Trevinca**, con un'altezza di 2.127 metri, nella zona di **Valdeorras**, in provincia di Ourense, i fiumi discendono ricchi d'acqua nell'epoca del disgelo, in un bosco di tassi unico in Europa.

Sei sono le zone galiziane dichiarate **Riserva della Biosfera**. Concentra-

te a Ourense e Lugo, fiumi e montagne ne sono protagonisti. L'**Area di Allariz**, nella provincia di Ourense, è percorsa dal fiume **Arnoia** e nella stessa zona si trova lo **Xurés**, del quale spiccano le molteplici varietà del bosco.

Nella **provincia di Lugo** si trova la sierra de **Os Ancares**, dove ci sono le **pallozas**, costruzioni con il tetto di paglia usate per secoli. Al nord troviamo la **riserva** che comprende il fiume **Eo**, **Oscos** e **Terras de Burón**. Sono le acque dell'Eo che irrigan la zona. Intorno al fiume più lungo della Galizia, invece, si raggruppano le **Terras do Miño** (Terre del Miño), attraversate dal **Cammino di Santiago**.



Piazza da Leña. Pontevedra



Rúa Policarpo Sanz. Teatro A Fundación. Vigo



Modernismo. Ferrol



Piazza Praterías. Santiago di Compostela



Verande. A Coruña



Fontana di As Burgas. Ourense



Vista di Lugo dalla sua cattedrale

Sette città

In Galizia ci sono **sette città** distribuite in quattro province. Nella provincia di Pontevedra, la **più popolata** è **Vigo**, con quasi 300.000 abitanti.

Ferrol. Da quando, nel XVI secolo, divenne il porto **dell'Armada Real**, la sua importanza come base militare e sede **dell'industria navale** crebbe sempre di più.

A Coruña è bagnata dall'oceano Atlantico. Sali sulla **Torre di Ercole**, **Patrimonio dell'Umanità** e **unico faro romano in funzione** e goditi le spiagge di città. Poi, potrai fotografare le splendide verande di **La Marina**.

Santiago di Compostela. Meta di migliaia di pellegrini che percorrono il **Cammino di Santiago**, il suo insieme storico è **Patrimonio dell'Umanità**. Passeggia per le sue strade e ammira il **botafumeiro**, la grande incensiera utilizzata durante la Messa del Pellegrino.

Pontevedra. Camminare per il suo centro storico ti farà conoscere meglio il lavoro dei **canteiros**, che fabbricano il **granito** con cui è stato costruito. Le piazze di questa città ne trasmettono l'**ospitalità** e la **qualità di vita**.

Vigo si apre su una **ría** sulla cui superficie vedrai le famose **bateas**, chiatte per la coltivazione di molluschi, ma...

sapevi che nelle sue acque riposano moltissimi **galeoni** che trasportavano oro proveniente dall'America? Nel **Mercado da Pedra** degusterai ostriche e nel porto potrai imbarcarti verso le **Isole Cíes**.

Ourense si trova sulle rive del **fiume Miño**. Tra tutti i suoi ponti spicca il **Ponte Romano**, simbolo della città. Fai un bagno in una delle tantissime **terme** che si trovano in questa zona.

Lugo. Il cuore della città si trova all'interno delle **mura romane** meglio conservate del mondo, considerate **Patrimonio dell'Umanità**. I trascorsi romani sono presenti anche nelle sue terme e nella festa **Arde Lucus**.



Insieme storici

La Galizia è una regione prevalentemente rurale e il suo paesaggio è punteggiato da una moltitudine di villaggi e paesi. Le cittadine storiche continuano ad essere un punto di riferimento amministrativo e commerciale per la popolazione che vive in queste zone.

Betanzos è stata capitale del regno della Galizia nel Medioevo. Il soprannome “**de los Caballeros**” (dei Cavalieri) si riferisce alla sua importanza come residenza di famiglie nobili.

Muros. Una delle caratteristiche che più ti sorprenderà di questo paese, aperto sulla sua *ría*, sono i **patii di pietra** sotto i quali i marinai conservavano i loro attrezzi da pesca.

Baiona. In questo porto attraccò la **caravella Pinta nel 1493** con la notizia della **scoperta dell'America**. A causa degli assedi venne eretta una fortezza che oggi è un *parador* turistico.

Tui. L'aspetto difensivo che presenta la sua **Cattedrale** richiama l'attenzione, così come i magnifici rilievi del timpano della facciata principale. Questa cittadina fu un luogo strategico a livello amministrativo e religioso.

Allariz. Attraversata dal fiume Arnoia, con un viale fluviale idilliaco, questo paese visse la sua epoca di splendore nel Medioevo, diventando un centro culturale e capitale del regno della Galizia.

Ribadavia mostra il suo ricco passato medievale che la portò a diventare la capitale della zona della D. O. Ribeiro. Circondato da **vigneti** e dal fiume Avia, il **Castello dei Conti** presiede la cittadina.

Mondoñedo. Sede episcopale, il centro di questa cittadina è occupato dalla sua magnifica Cattedrale. Adolcisciti il palato assaggiando una fetta della tipica torta ripiena di capelli d'angelo.

Viveiro. L'importanza strategica del suo porto fece sì che questo paese venisse fortificato. Vuoi scoprire le **tre porte d'accesso**? Tra le mura ti farai un'idea dello splendore sociale che qui regnava un tempo.



Galizia in festa

Amante delle feste, la Galizia avvicina le **tradizioni pagane** a quelle **religiose** in perfetta **combinazione**. È difficile trovare un solo fine settimana del periodo estivo in cui non ci siano festeggiamenti in qualcuno dei suoi villaggi, paesi e città, molte di esse riconosciute per il loro interesse turistico internazionale, nazionale o regionale.

Molte delle celebrazioni hanno un'**origine religiosa** e onorano un santo o un patrono. Vale la pena recarsi in qualche **villaggio** e osservare le **processioni** intorno alle piccole chiese e partecipare a serate durante le quali ballare fino all'alba.

Le **romerías**, dei brevi pellegrinaggi, sono l'occasione per un altro tipo di festeggiamento abbastanza frequente. Potrai osservare curiosi **riti** in relazione con presunti poteri curativi di **immagini**, fontane o pietre che si trovano in santuari come quelli di **Santo André de Teixido** o **Nosa Señora da Barca**. Durante queste celebrazioni potrai degustare le tipiche ciambelle, **empanadas** o **formaggi** in un pranzo **campestre** rallegrato dalla musica di **cornamuse** e **tamburelli**.

La **gastronomia** è inseparabile dalla **tradizione festiva galiziana**. Quasi ogni paese possiede un prodotto a cui si fa omaggio cucinando diversi piatti

che si offrono al pubblico a prezzi popolari. La **Festa della lamprea** di Arbo, la **Festa dell'aragosta** ad A Guarda, la **Festa dei frutti di mare e crostacei** di O Grove, la **Festa della empanada** di Noia o la **Festa del cappone de Vilalba** ne sono solo alcuni esempi.

Sono anche molto frequentate le **ricostruzioni storiche** nei centri antichi di paesi e città, in cui i partecipanti viaggiano nel passato, come la **Festa della storia** di Ribadavia, la **Feira Franca** di Pontevedra o la **Festa da Arribada** di Baiona. Non dimenticare di vestirti a tema con abiti d'epoca per interpretare il personaggio che desideri.





Rapa das bestas

L'esistenza ancora oggi di **mandrie di cavalli selvaggi** sulle montagne ricorda il passato ancestrale della Galizia. Ogni anno, durante i mesi estivi, si procede al **taglio di crini e code e alla sverminazione** di questi animali che, nonostante vivano liberi sulle montagne, hanno un proprietario, così come alla **marchiatura dei puledri** nati nel frattempo.

Questi eventi, diventati una **tradizione atavica** in diversi paesi della Galizia, rappresentano una lotta corpo a corpo tra uomini e cavalli durante la quale non viene utilizzato nessun tipo di utensile per obbligarli. Gli animali sono condotti dal monte tra diverse persone

ai **curros**, dei recinti nei quali si procede alla loro preparazione. Luoghi come **Oia, Cedeira o Mondoñedo** celebrano questa tradizione, anche se probabilmente è a **Sabucedo**, nella provincia di Pontevedra, dove si conserva meglio questo **rito unico in Spagna**. Sono gli **aloitadores**, persone che ammansiscono i cavalli, gli autentici protagonisti di questa pratica alla quale annualmente si iniziano diversi giovani.

Una delle curiosità di questa tradizione è che, oltre agli equini è dedicata a San Lorenzo, santo a cui si affidano gli abitanti del luogo in una messa prima di recarsi a riunire gli animali. **L'interesse antropologico e mediatico** che

risveglia questa festa fa sì che ogni anno vi si rechi un gran numero di persone per presenziare nei **curros** a questo autentico **spettacolo etnografico**, dopo il quale i cavalli vengono riportati in montagna per proseguire la loro vita in **totale libertà**.

La celebrazione termina con banchetti a cui partecipano **aloitadores** e assistenti, dove è possibile provare **delizie della gastronomia galiziana** come le **empanadas**, il **pulpo á feira** e il vino, sempre rallegrati da **musica tradizionale** interpretata con cornamuse e tamburelli. **Ti perderesti un avvenimento così autentico come questo?**



Entroido (Carnevale)

L'Entroido o Carnevale è una delle feste con maggiore tradizione in Galizia. Presente da secoli, ha mantenuto sempre il suo carattere pagano, sfacciato e partecipativo, nonostante fosse proibito durante la dittatura.

Per godersi questo divertimento collettivo, tra la gente che riempie le strade di paesi e città, basta solo travestirsi e lasciarsi trasportare dalla musica delle *charangas*. Per recuperare le forze non c'è niente di meglio che assaggiare il *cocido*, un bollito tipico di questo periodo dell'anno, insieme a dolci come le *filloas*, una specie di crepes o le *orellas*, dall'impasto simile alle nostre chiacchiere.

Ourense è la provincia con maggiore tradizione carenevalesca. In essa si trova il famoso **Triángulo do Entroido**, in cui nelle località di **Xinzo de Limia, Verín e Laza** le *pantallas*, i *cigarróns* e i *peliqueiros*, abbigliati con abiti e complementi artigianali di tradizione ancestrale, riempiono le strade e interagiscono con il pubblico. Recati anche in altri paesi di questa provincia come **Manzaneda, Viana do Bolo** o **Vilariño de Conso**, dove vivrai dei carnevali insoliti.

Nella provincia di Pontevedra, la località di **Cobres** festeggia un Entroido del quale esistono testimonianze scritte del XVIII secolo. Le danze e i

giochi popolari ne sono i protagonisti, vi partecipano *madamas* e *galáns* che indossano abiti che ricreano un ambiente di corte. Da non perdersi i **Xenerais da Ulla**, con uniformi militari dagli adorni strampalati e che partecipano agli *atranques*, diatribe dialettiche durante le quali si burlano di eventi locali, politici o sociali.

Le città non restano fuori da questa tradizione festiva. A **Coruña, Ourense** o **Pontevedra** per diversi giorni viene celebrato il carnevale con le strade gremite di gente del luogo e di visitatori con i travestimenti più originali, mentre le *charangas* rallegrano le giornate fino all'alba.



Shopping, moda e artigianato

Oltre alle foto e ai ricordi che conservi nella memoria, certamente vorrai tornare a casa con qualche prodotto realizzato in Galizia che rappresenti la **tradizione artigianale** o l'**innovazione attuale** (1).

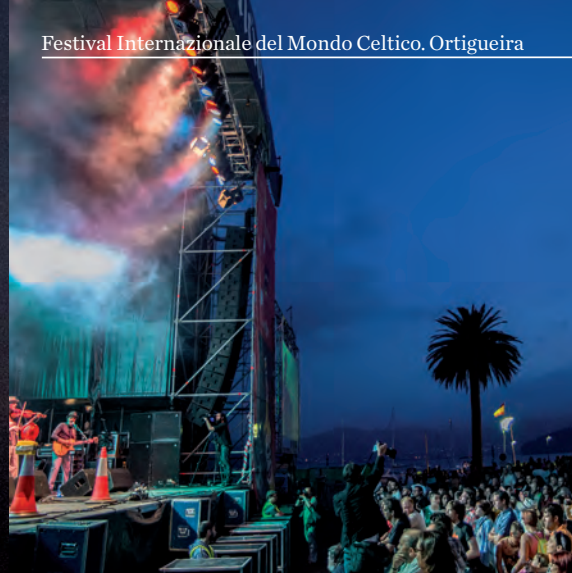
La qualità dell'artigianato galiziano fa sì che sia uno dei più richiesti. I **pizzi di Camariñas** (3), le **ceramiche di Sargadelos** (2), i **gioielli di giaietto** o gli oggetti in **argento** si continuano a produrre con tecniche trasmesse di generazione in generazione per ottenere pezzi unici. Molte delle strade o delle piazze dei centri storici di città e paesi portano il nome di queste corporazioni.

Con il marchio **Artesanía de Galicia** (artigianato della Galizia), scoprirai un settore professionale che lavora in modo **sostenibile** perpetuando **mestieri unici** per offrire pezzi senza eguali come **orecchini di giaietto**, un paio di **zoccoli in legno** (4) e **cuoio**, un **torques**, gioiello di origine celtica, lavorato in **argento**, una **gaita**, tipica **cornamusa** della Galizia fabbricata in **legno di bosso** e **velluto** o un **cappello sancosmeiro** di paglia intrecciata.

Se, invece, preferisci la **gastronomia**, sarà facile acquistare **liquori** in delicate bottiglie. Il più famoso della Galizia è **l'aguardiente**, un'acquavite con la quale si prepara la **queimada**. Il tradizionale **licor café** (liquore al

caffè), non manca mai dopo il pranzo. Inoltre, esistono cinque denominazioni di origine a protezione dei **formaggi galiziani**, che potrai accompagnare con dei dolcetti. Culla di **firme della moda** come **Kina Fernández**, **Adolfo Domínguez** o **Roberto Verino**, la Galizia è una potenza mondiale del settore tessile.

Sede della azienda **multinazionale Inditex**, nella sua rete di negozi troverai le ultime tendenze in fatto di stile. Inoltre, nei centri delle città ci sono boutique che offrono alternative originali. Se invece preferisci visitare centri commerciali, gradirai sapere che a Coruña si trova **Marineda City**, il terzo più grande d'Europa.



Festival e vita notturna

I centri urbani più popolati ti offrono un'infinità di possibilità per passare le serate in modo ameno. Per cominciare, puoi passeggiare in una delle tipiche vie delle **zone dei vini** dove la proliferazione di bar fa sì che di notte ci sia una grande affluenza di gente.

Nel mezzo di un ambiente molto animato, anche all'esterno dei locali, gusterai le tipiche **tapas**, accompagnate da **birra** o **vini galiziani**.

Nei **ristoranti**, potrai provare prodotti di qualità utilizzati dalle cucine più **tradizionali** o **all'avanguardia** e ambiti a livello internazionale. **Bar de copas, pub** e **discoteche** aprono

fino all'alba, per cui potrai stare in giro a divertirti per tutto il tempo che vuoi.

Le spiagge piene di falò, in occasione di **San Giovanni nella notte** tra il **23** e il **24 giugno** a **Coruña** segnano l'inizio dell'estate, durante la quale **località della costa** come Baiona, Sanxenxo, Vilagarcía de Arousa, Ribeira, Mugardos, Viveiro o Ribadeo si riempiono di turisti per trascorrere giorni di mare in un **clima mite**, con tanti concerti all'aria aperta e la migliore gastronomia.

Vale la pena assistere, nella **notte del 24 luglio**, allo spettacolo di **fuochi artificiali** di **Santiago di Compo-**

stela, che fanno onore all'Apostolo, la cui festività si celebra il giorno successivo.

Inoltre in Galizia si svolgono **festival** come il **Resurrection Fest**, dedicato alla musica heavy metal e hardcore; il **PortAmérica Rías Baixas**, dove ascolterai gruppi della scena indie e rock; il **SinSal Son Estrella Galicia**, che si svolge nell'Isola di San Simón e il cui programma è segreto, oppure il **Festival di Ortigueira**, dedicato alla musica folk.

Bisogna aggiungere che in ogni villaggio e paese potrai ballare durante le **serate estive**, in occasione delle tipiche **feste patronali**.



Turismo in famiglia

La Galizia è la destinazione perfetta da scegliere per la famiglia. Tutti, dai più piccoli ai più grandi, possono divertirsi in qualsiasi stagione, per il clima gradevole che si mantiene temperato durante tutto l'anno. Se a questo aggiungiamo che si tratta di una destinazione sicura e per niente massificata, è facile decidere dove passare le proprie vacanze.

Sono diverse le aziende che offrono attività all'aria aperta per i più piccoli. Potrai intrattenerti praticando piroga, kayak, tiro con l'arco, scalata o surf. Ci sono anche scuole di vela che organizzano accampamenti estivi in diverse località della costa. Le ac-

que tranquille delle rías permettono di navigare in totale sicurezza.

Ci sono poi diverse proposte museistiche che piaceranno a tutta la famiglia. Nei quattro musei scientifici di A Coruña, totalmente interattivi, si può vedere come si alimentano le foche, identificare le stelle in un planetario, entrare nella cabina di un aereo e sapere come funziona il DNA. In altri musei, come quello del Giocattolo di Allariz scoprirete come si divertivano i bambini nel passato, mentre nel Museo do Ferrocarril di Monforte de Lemos imparerete la storia del treno.

Per chi è appassionato di animali, nei parchi di Marcelle Natureza o Avifauna potrete vedere bisonti, zebre, emù, lama, renne, volpi, fenicotteri, avvoltoi, tortore, fagiani e galli cedroni. Recarsi ad uno dei tanti allevamenti-scuola è un altro modo per essere a contatto con la natura e con l'agricoltura. Fervenzaventura de Silleda, la Casa Grande de Xanceda o la Casa Alvarella permettono di conoscere le sale in cui si mungono le vacche, le stalle dove dormono pecore e capre, imparare a spazzolare pony, raccogliere verdure e legumi dall'orto, dare il biberon ai vitelli e anche infornare il proprio pane.



Galizia all'aria aperta

Se ti piace la natura sei fortunato perché il **paesaggio galiziano**, che riunisce campagna, montagna e mare, ti permette di realizzare numerose attività grazie al suo clima favorevole durante tutto l'anno.

Con i suoi **1.650 chilometri di costa**, la Galizia si presenta come un autentico paradiso per gli amanti degli **sport nautici**. Se scegli di navigare, troverai più di venti porti e una cinquantina di installazioni per attraccare, ben comunicati per via terrestre.

La **tranquillità** e il **riparo** che offrono le **rías** favoriscono la navigazione durante tutto l'anno. Potrai conosce-

re dal mare la ricca cultura marinara della Galizia o il Parco Nazionale delle Isole Atlantiche. È un'esperienza tutta da vivere.

Sono molti gli amanti del **surf** e delle sue varianti che decidono di venire a sfidare le **formidabili onde dell'Atlantico**. **Spiagge** adatte a chi sta iniziando a cimentarsi sulla tavola, ma anche per il divertimento dei più esperti.

La **Galizia** è conosciuta come la **terra dai mille fiumi**, pertanto nelle loro acque e in quelle dei bacini potrai praticare numerose attività di avventura, organizzate da aziende specializzate che garantiranno la tua sicurezza.

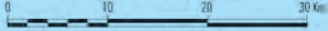
Il **cangiante e incredibile paesaggio** che potrai ammirare durante il tuo viaggio possiede un'ampia rete di **sentieri perfettamente segnalati** per indimenticabili **itinerari di trekking** da percorrere in totale tranquillità e sicurezza.

Se, al contrario, preferisci conoscere l'ambiente rurale pedalando, devi solo avvicinarti a qualcuno dei **centri BTT**.

In bicicletta ti divertirai al ritmo imposto dalla natura stessa. Senza dubbio, per i suoi paesaggi e per il suo clima, la Galizia è la destinazione ideale per gli amanti di qualsiasi attività all'aria aperta



ESCALA 1:760.000












Proyección U.T.M. Fusos 29












Parque Nacional
Marítimo - Terrestre
das Illas Atlánticas de Galicia



-  Autostrada, Superstrada
-  Rete regionale ad alta percorrenza
-  Rete stradale statale
-  Rete regionale di base
-  Altre reti regionali
-  Strada provinciale

-  Linea ferroviaria ad alta velocità (AVE)
-  Rete ferroviaria a scartamento normale
-  Rete ferroviaria a scartamento ridotto

-  Confine statale
-  Confine regionale
-  Confine provinciale

-  **LUGO** Capoluogo di provincia
Capoluogo di regione
-  **Vigo** Capoluogo comunale (>60.000 hab.)
-  **Baleira** O Cádavo Altri comuni
Capoluogo comunale
-  Aeroporto
-  Parco nazionale
-  Parco naturale



Scopri la Galizia nel modo più naturale, una visione aggiornata degli spazi turistici:

LE GEODESTINAZIONI

14 spazi delimitati in modo naturale dalla loro storia e dalle loro particolarità.



Uffici del Turismo della Xunta de Galicia

Turismo de Galicia

Carretera Santiago - Noia, km. 3 (A Barcia)
 15897 Santiago de Compostela - A Coruña (Spagna)
 Tel. +34 981 542 500 | Fax: +34 881 995 323
 012@xunta.gal | www.turismo.gal



www.turismo.gal

Tel. +34 981 900 643
e-mail: 012@xunta.es