

Tabella Tecnica

Tipologia :	a piedi
Dislivello :	mt
Ore :	ore
Difficoltà :	
Lunghezza :	km
Accompagnatore 1:	AEV Gianni Onorati 328.3712494 - onoratigianni@hotmail.it
Accompagnatore 2:	AEV Pierluigi Picconi 3475077183 - pierluigi.picconi@gmail.com



QUANDO SI DECIDE DI ANDARE IN CAMMINO A SANTIAGO DE COMPOSTELA NON C'È NULLA DA FARE, SOLO PARTIRE...CHI PENSA DI DOVERSI IN QUALCHE MODO PREPARARE DOVRÀ LASCIARE ANDARE PRESTO OGNI FORMA DI PENSIERO; OGNI ASPETTATIVA SUL "CAMMINO" VERRÀ IMMANCABILMENTE DISATTESA, OGNI LOGICA ROVESCIA E, A CHI SARÀ PARTITO CON IL CUORE APERTO E LEGGERO, ACCADRANNO COSE "INASPETTATE"... "MAGICHE"... "INCREDIBILI"...

PER CHI VERRÀ CON ME GODRÀ DI UN CAMMINO "ESSENZIALE"...PIÙ LO ZAINO SARÀ LEGGERO E VUOTO...PIÙ RIUSCIAMO A RIEMPIRLO DI STUPORE E GIOIA!!!

NON CHIEDETEMI UN PROGRAMMA PIÙ DETTAGLIATO: QUESTO È ANCHE TROPPO PER COME INTENDO IL CAMMINO PERCHÈ NON SAREMO NOI A DECIDERE CIÒ CHE ACCADRÀ...

BUON CAMMINO

Programma del Cammino di Santiago Settembre 2016 con STARTREKK

1° SETTIMANA DAL 27 SETTEMBRE AL 3 OTTOBRE

1° giorno: Martedì 27-09-2016

Partenza da Fiumicino ore 6.55 con volo VUELING, arrivo a Santiago de Compostela ore 11.35. Trasferimento in pullman a Sarria, cena libera, pernottamento in Hotel.

2° giorno: 28-09 Mercoledì 1° Tappa Sarria Portomarin (22 km)

Dopo la prima colazione, partenza per la prima tappa con destinazione Portomarin. Il Cammino lascia Sarria e si inizia la giornata attraversando prima Viley e Barbadelo. In questo secondo paesino possiamo ammirare la chiesa di Santiago, dichiarata Monumento Storico Nazionale, costruita nel secolo XII è uno dei migliori esempi di romanico galiziano. Il seguente paese che appare davanti agli occhi del camminante è Rente al quale segue Mercado de Serra. L'itinerario prosegue per Xisto del Camino, Leimán, Pana, Peruscallo, Cortiñas, Lavandeira, Casal, Brea, Morgade, dove c'è solo una casa, Ferreiros, Mirallos, con un'interessante chiesa del secolo XII; Pena, Couto, Rozas, Moimentos, Cotareio, Mercadoiro, dove sono ancora evidenti tratti dell'antica strada; Moutras, Parrocha e Vilachá, paesino rurale di contadini dove si conservano le rovine del Monastero di Loio, culla dei Cavalieri dell'Ordine di Santiago. Emerge in questo paesino l'eremo di Santa María di Loio con muri di stile visigoto. Infine, dopo aver percorso numerosi borghi, si inizia a scorgere una cittadina: Portomarin. Cena libera. Pernottamento in Hotel.

3° giorno: 29-09 Giovedì 2° Tappa Portomarin Palas de Rei (25 km)

Dopo la colazione, in questa tappa si attraversa Toxibó, Gonzar, Castromayor, Hospital da Cruz, Ventas de Narón, enclave importante nell'epoca medievale, Prebisa, Lameiros, dove ci si può fermare per visitare la sua Cappella di San Marco. L'itinerario avanza ed entra a Ligonde, paese in cui si fermarono nel loro pellegrinaggio Carlo V e Filippo II nel 1520, e dove a ricordo di questo passaggio è piantata per terra una semplice croce di pietra. Si può visitare anche la chiesa di Santiago, con il suo antico cimitero dei pellegrini. Si continua il percorso verso Portos, dove il pellegrino può lasciare per un momento l'itinerario principale ed avvicinarsi a Vilar de Donas, paesino nel quale c'è un bel tempio romanico maestoso con pitture gotiche del secolo XVI. Ripreso il Cammino principale, si attraversa Lastedo e Valos prima di giungere a Palas de Rei, meta della tappa. Cena libera Pernottamento in Hotel.

4° giorno: 30-09 Venerdì 3° Tappa Palas de Rei Arzúa (30 km)

Dopo la colazione inizia il cammino attraversando San Julián del Camino, una piccola città dove sorge un'interessante chiesa romanica. Si prosegue poi per Outeiro da Ponte, nel cui territorio si trova Castello do Pambre, una delle fortezze meglio conservate in Galizia. Si continua traversando Pontecampaña, Mato Casanova, Porto de Bois e Campanellino. Il primo paese

che si incontra dopo aver passato il confine con La Coruña è Coto, seguita dopo da Leboeiro, che conserva un'antica strada romana. Poco dopo si vede apparire Disicabo, Furelos, con la sua chiesa parrocchiale dal secolo XIX e un ponte medievale dal secolo XIV, che conduce alla città successiva della ruta, Melide. Sosta d'obbligo per gustare il piatto tradizionale galiziano " Il polpo alla Galizia" nella tipica trattoria di "Eziquiele" Quest'ultimo paese ha una posizione centrale nel Cammino di Santiago, qui si fonde il Cammino francese con gli altri provenienti da Oviedo. All'ingresso del paese il pellegrino scopre una croce in pietra del XIV secolo, uno dei più antichi in Galizia. L'attuale chiesa parrocchiale è stata la chiesa del monastero di Sancti Spiritus. Continua il suo viaggio via Carballal, Ponte das Penas, Raido, Bonete e Castaneda. In quest'ultimo paese si trovavano i forni a calce per la costruzione della cattedrale di Santiago; e si narra che i pellegrini che passavano di qua portavano una pietra ciascuno verso Santiago aumentando così la loro penitenza. Dopo aver attraversato un bel ponte medievale, si passa per Ribadiso, e dopo questo paese si raggiunge la fine della tappa, Arzúa. Cena libera Pernottamento in Hotel.

5° giorno: 01-10 Sabato 4° Tappa Arzúa Arca do Pino (20 km)

Colazione in hotel. Il percorso di oggi è breve e tranquillo. Si inizia il cammino attraverso Las Barrosas, dove si trova l'eremita di San Lazzaro ed il Mulino dei Francesi. Attraversa poi Calzada, Calle e Salceda, dove ci si può fermarsi un momento per omaggiare il pellegrino belga morto qui in modo improvviso il 23 agosto 1989, in suo onore è stato costruito un piccolo monumento. Poi il tragitto entra in Brea e poi Santa Irene, per concludere il suo percorso a O Pino. Pernottamento in Hotel con mezza pensione

6° giorno: 02-10 Domenica 5° Tappa Arca do Pino Santiago de Compostela (19 km)

È arrivato il giorno, inizia l'ultima tappa del Cammino di Santiago con la quale si è percorso una buona parte del territorio spagnolo e si è potuto ammirare le innumerevoli meraviglie, frutto di secoli di storia in cui il Cammino di Santiago ha contribuito non poco a tutto ciò. Comincia il percorso per Burgo, al quale segue Arca, San Antón, Amenal e San Paio. Poi si entra a Lavacolla, paese dove gli antichi pellegrini si lavavano e cambiavano per entrare nella città di Compostela. Dopo aver lasciato questo comune l'itinerario attraversa Villamajor, San Marcos, Monte do Gozo, San Lázaro, e finalmente Santiago. Se la mattina partiamo presto riusciamo ad assistere al rito del Botafumiero nella messa delle 12.00.

Pomeriggio dedicato per il ritiro della compostela presso l'ufficio del Pellegrino. Serata a disposizione per visitare Santiago de Compostela con le sue affascinanti piazze e stradine porticate. Cena libera Pernottamento in Hotel.

7° giorno 03-10 lunedì .Per chi fa una sola settimana giornata libera per visitare Santiago e la sua bellissima cattedrale. Volo di ritorno con compagnia Iberia ore 17.35, arrivo a Roma Fiumicino ore 22.00 con scalo di un'ora a Barcellona.

2° SETTIMANA DAL 02 AL 08 OTTOBRE

7° giorno : 03-10 Lunedì 6° Tappa Santiago de Compostela – Negreira (km. 22)

L'itinerario giacopeo di Fisterra e Muxía ha inizio in piazza Obradoiro a Santiago, meta del resto dei Cammini. Passando Rúa de Hortas, si dirige verso Poza de Bar e San Lourenzo, attraversa il fiume Sarela in direzione A Barcia y Roxos, e prosegue per le frazioni di Vila, Portela, Ventosa e Lombao.

Giunto nel territorio di Ames, il Cammino attraversa il ponte medievale di Augapesada, sale la cima del Mar de Ovellas, belvedere naturale sulla valle di A Maía, e scende di nuovo fino a Trasmonte. Ancora ad Ames, presso Ponte Maceira, attraversa il ponte sul fiume Tambre per addentrarsi nella regione di A Barcala con rotta la cittadina medievale di Negreira, finale della tappa. Cena libera Pernottamento in Hotel.

8° Giorno: 04-10 Martedì 7° Tappa Negreira – Olveiroa (km. 30)

La tappa comincia nella cittadina di Negreira, attraversando il fiume Barcala in una piccola salita verso la Chiesa di San Xulián. La rotta prosegue per i sentieri dell'antico Cammino Reale di Fisterra, passando da Portocamiño e Vilaserío, nella regione del Xallas.

Il cammino sale fino al Monte Aro offrendo ampie panoramiche sulla regione, sul fiume Xallas e sulla sua costa. Discende poi fino a Ponteolveira e, attraversando un piccolo ponte, entra a Dumbria per sboccare ad Olveiroa, finale della tappa. Cena libera Pernottamento in Hotel.

9° Giorno : 05-10 Mercoledì 8° Tappa Olveiroa – Muxia (km. 31)

Partendo da Olveiroa è possibile proseguire il percorso direttamente verso Muxía, prendendo il bivio a Hospital. Questa variante si dirige a Dumbria, capoluogo municipale, prosegue verso San Martiño de Ozón e discende poi verso il nucleo di Muxía, dove si trova l'ostello dei pellegrini. La rotta termina nel Santuario della Virgen de la Barca, di forte tradizione giacopea, e nei pressi delle "pedras santas", alle quali si attribuiscono proprietà curative. La tradizione racconta che la Vergine arrivò a Muxía su una nave di pietra, che oggi è il santuario della Barca, per incoraggiare l'Apostolo a compiere la sua predicazione nel nord-est della Penisola Iberica. Le "pedras santas" circostanti il santuario sarebbero i resti della barca con la quale giunse la Vergine. Cena libera Pernottamento in Hotel.

10° Giorno 06-10 Giovedì 9° Tappa Muxia – Finisterre (km. 33)

E' senza dubbio una delle più belle tappe di questo percorso. prosegue sulla strada giusta. Molti pellegrini prolungavano il cammino sino a Finisterre (Fisterra in lingua gallega). Quel luogo era creduto, un tempo, l'avamposto dei luoghi conosciuti (finis terrae = confine della terra). In effetti ci sono in Europa altri luoghi che, se pure di poco, si trovano più a ovest: il capo Turiñan sempre in Galicia e il Cabo da Roca in Portogallo. Ma allora quella era la credenza diffusa. Arrivati a Finisterre, sulla splendida spiaggia della Langosteira, possiamo finalmente raggiungere il mare. Invalse presto l'usanza di raccogliere una conchiglia a testimonianza del pellegrinaggio effettuato. La conchiglia più diffusa sulla spiaggia era il pecten jacoboeus, quella che per noi italiani è la cappasanta, i francesi coquille de St. Jacques e che divenne ben presto il simbolo stesso del pellegrinaggio a Santiago. Ripetendo le usanze degli antichi pellegrini è tradizione arrivare a Finisterre lungo la lunga spiaggia della Langosteira e bagnarsi nell'Oceano, come per una purificazione: l'acqua solitamente gelata in tutte le stagioni rende quasi eroica l'impresa. La sera arriveremo a piedi (7 km A/R) sugli scogli sotto il faro, è usanza bruciare un indumento adoperato nel

cammino, per suggellare ritualmente la fine del pellegrinaggio. (Purtroppo quest'anno un'ordinanza comunale impedisce di accendere fuochi nei pressi del faro.) Attenderemo il tramonto sull'Oceano per poi rientrare in Hotel. Cena libera Pernottamento in Hotel.

11° Giorno 07-10 Venerdì SE IL TEMPO PERMETTE GIORNATA DEDICATA ALLA SPIAGGIA DI LANGOSTEIRA CON BAGNI NELL'OCEANO OPPURE 10° tappa Finisterre- Olveiroa (Km 28) Ultima tappa del nostro cammino che ci condurrà di nuovo ad Olveiroa . Lasciemo la bellissima spiaggia di Langosteira per inoltrarci all'interno passando per Corcubion verso Cee per poi inoltrarci nel bosco e proseguire verso la nostra meta. Rientro a Santiago in pullman. Cena libera Pernottamento in Hotel.

Percorsi in 10 tappe km 260 in media 26 al giorno

12° Giorno - sabato a SANTIAGO

Visita alla Cattedrale per assistere al lancio del Botafomiero e alla Santa Messapoi shopping sfrenato per la cittadina . Trasferimento in aeroporto in serata per poi prendere l'aereo alle ore 21.10 diretto per Roma.

Le tappe potrebbero subire variazioni di km giornalieri in base alla preparazione fisica dei partecipanti!!!!!!

1° Quota € 640 dal 27 Settembre al 08 Ottobre 12 giorni

2° Quota € 420 dal 27 Settembre al 03 Ottobre 07 giorni

3° Quota € 420 dal 02 al 08 Ottobre 07 giorni

1° SOLUZIONE DAL 27 SETTEMBRE AL 08 OTTOBRE

Quota € 640 : Comprende 11 pernotti +11 colazioni, in confortevoli Hotel molto curati e comodi, con camere doppie, Eventuale supplemento singolo, se disponibile, 25 euro a notte
Assistenza di accompagnatori Startrekk.

2° SOLUZIONE DAL 27 SETTEMBRE AL 03 OTTOBRE

Quota € 420 : Comprende 07 pernotti +07 colazioni, in confortevoli Hotel molto curati e comodi, con camere doppie, Eventuale supplemento singolo, se disponibile, 25 euro a notte
Assistenza di accompagnatori Startrekk.

3° SOLUZIONE DAL 02 AL 08 OTTOBRE

Quota € 420 : Comprende 07 pernotti +07 colazioni, in confortevoli Hotel molto curati e comodi, con camere doppie, Eventuale supplemento singolo, se disponibile, 25 euro a notte
Assistenza di accompagnatori Startrekk.

La quota non comprende:

Volo
pranzi, trasferimenti, e tutto quanto non espressamente indicato.

Per info e prenotazioni:

AEV Gianni Onorati 328.3712494 - onoratigianni@hotmail.it

AEV Pierluigi Picconi 3475077183 - pierluigi.picconi@gmail.com

il volo da acquistare a/r per Santiago è con la compagnia Vueling delle ore 6.55 da Fiumicino per Santiago diretto.

Volo di ritorno da Santiago per Roma delle ore 21.10.

Per la prenotazione è richiesto il versamento di € 140,00 sul c/c: IT 61Z 03069 67684 51072 4312088 intestato a STARTREKK.
Il versamento del saldo da effettuare 15 giorni prima della partenza.

La gita sociale è riservata ai soci in regola con il tesseramento.

TESSERA FederTrek: obbligatoria: €15 –

BUEN CAMINO