

# Inhalt

Vorwort			8
Wichtige Vorbemerkungen/Zum Gebrauch dieses OutdoorHandbuches!			11
<b>Einleitung</b>			<b>13</b>
Geschichte und Gegenwart der Pilgerreise nach Santiago			14
Galicien			15
Gründe für die Pilgerschaft			16
Die Jakobsmuschel			18
Der Pilgerausweis – der Credencial			19
Der offizielle Pilgerleistungsschein – die Compostela			21
Der Pilgerstab			25
Das heilige Jahr			25
<b>Reise-Infos von A bis Z</b>			<b>26</b>
Anreise	27	Medizinische Versorgung	36
Ausrüstung	27	Notruf	36
Einkaufen	31	Post	37
Erste Hilfe	31	Sprache	37
Essen und Trinken	32	Telefonieren, Internet	
Etappen	32	und Handyabstinenz	38
Feiertage	33	Unterkunft	38
Geld	33	Trinkwasser	42
GPS-Daten	33	Wegmarkierungen,	
Hunde	34	Wegbeschreibung und	
Information	34	Ortsbezeichnungen	42
Klima und Reisezeit	36		
<b>Camino Inglés</b>			<b>44</b>
Anreise nach A Coruña		<b>74,0</b>	45
A Coruña (Santiagokirche) – Sergude	21,2 km	52,8	51
Sergude – As Travesas (km 9,8) – Hospital de Bruma	12,8 km	40,0	61

Anreise nach Ferrol		<b>112,5</b>	64
Ferrol (Hafen) – Xubia (Gemeinde Neda)	13,2 km	99,3	69
Xubia – Pontedeume	15,0 km	84,3	74
Pontedeume – Miño (Ortseingang)	9,4 km	74,9	82
Miño – Betanzos	10,2 km	64,7	85
Betanzos – Presedo	12,0 km	52,7	91
Presedo – Hospital de Bruma	12,7 km	40,0	95
Hospital de Bruma – Sigüeiro	24,4 km	15,6	100
Sigüeiro – Santiago de Compostela	15,6 km	0,0	106
Rückreise			125

<b>Der Weg nach Finisterre</b>		<b>89,5</b>	<b>127</b>
Santiago de Compostela – Negreira	22,1 km	67,4	129
Negreira – Piaxe (A Pena)	7,5 km	59,9	133
Piaxe (A Pena) – Vilaserío	5,2 km	54,7	134
Vilaserío – Santa Mariña	8,2 km	46,5	136
Santa Mariña – Ponte Olveira	9,3 km	37,2	138
Ponte Olveira – Olveiroa	2,2 km	35,0	139
Olveiroa – Logoso/Hospital de Logoso	5,1 km	29,9	140
Hospital de Logoso – Cée (Ortsausgang)	15,0 km	14,9	141
Cée – Corcubión (Ortsausgang)	2,1 km	12,8	145
Corcubión – Fisterra	9,4 km	3,4	147
Fisterra – Kap Finisterre	3,4 km	0,0	153

<b>Index</b>			<b>155</b>
--------------	--	--	------------