



Tfno: 923 54 17 97
 Email: presupuestos@toursan.com
 Web: <http://www.toursan.com/>

Ficha viaje



La Ruta del Padre Sarmiento

Circuito de 10 días por el Camino de Santiago visitando Pontevedra, Sanxenxo, O Grove, Cambados, Illa de Arousa, Vilanova de Arousa, Padrón y Santiago de Compostela.

RUTA DEL PADRE SARMIENTO

Pedro Xosé Balboa (Fray Martín Sarmiento), nació en Villafranca del Bierzo. Su familia, de origen noble, se trasladó a Pontevedra donde pasó su infancia. En 1710 se traslada al Convento de San Martín de Madrid, para tomar el hábito benedictino. Establece una estrecha relación intelectual con el Padre Feijoo, siendo su discípulo y colaborador. Sarmiento entendió que era necesario conocer, recuperar y salvaguardar las tradiciones y la cultura popular. Era un hombre muy preocupado por la mejora del nivel técnico y económico de su país, muy en la línea del pensamiento de la Ilustración. "Viaje a Galicia" es el libro publicado por Fray Martín Sarmiento en 1745 en el cual se documenta el peregrinaje por la comarca del Salnés que ha inspirado esta Ruta.

Entre viñedos, valles y ríos, la Ruta del Padre Sarmiento nos adentra en "la comarca más pintoresca que pueda soñarse", como decía la escritora Emilia Pardo Bazán. Con la mirada puesta en las Rías de Pontevedra y Arousa, descubriremos el camino que Fray Martín Sarmiento realizó en 1745 para ganar el jubileo. Un sendero de 190 kilómetros que recorre esta bella costa guiándonos hacia Santiago de Compostela. Una ruta llena de historia, de naturaleza y de paisajes que serán merecedores de las mejores fotografías y de los más bellos recuerdos. El Salnés es todo un camino sobre el mar. Un mundo de contrastes entre valles y pueblos marineros.

Nota importante: No calcula precios con niños incluidos, por favor consulte con Booking. Gracias.

Resumen del viaje

DÍA 1. LLEGADA POR CUENTA PROPIA A PONTEVEDRA Y ALOJAMIENTO

DÍA 2. PONTEVEDRA - SANXENXO (25 KM)

DÍA 3. SANXENXO - O GROVE (19,5 KM)

DÍA 4. O GROVE (Circular 29 KM)

DÍA 5. O GROVE - CAMBADOS (22,2 KM)

DÍA 6. CAMBADOS - A ILLA DE AROUSA (18 KM)

DÍA 7. A ILLA DE AROUSA - VILANOVA DE AROUSA (16,7 KM)

DÍA 8. VILAGARCÍA DE AROUSA - PADRÓN (25,3 KM)

DÍA 9. PADRÓN - SANTIAGO (23 KM)

DÍA 10. CHECK OUT Y FIN DE NUESTROS SERVICIOS

Itinerario ampliado

DÍA 1. LLEGADA POR CUENTA PROPIA A PONTEVEDRA Y ALOJAMIENTO

DÍA 2. PONTEVEDRA - SANXENXO (25 KM)

Al salir de Pontevedra cruzando el puente de "O Burgo", el litoral de la Ría nos guía hacia Poio. Su hermoso monasterio es considerado la antesala de la ruta que nos conducirá a la comarca del Salnés. Nuestro camino nos dirige hacia Combarro, un símbolo de la perfecta unión entre el azul del mar y una tierra labrada en granito. Caminando entre sus casas marineras, hórreos y cruceiros, el paseo nos invita a imaginar la historia de la misteriosa isla de Tambo. Recónditas calas, ensenadas y rincones majestuosos se abren al mundo en el mirador de "A Granxa". Desde allí, podremos disfrutar unas maravillosas vistas de la Ría de Pontevedra mientras caminamos hacia Sanxenxo, capital por excelencia del turismo gallego. Descansando sobre el mar, "la Madama" baña de mitología y encanto la villa. En todas sus calles encontraremos una buena propuesta para culminar esta primera etapa.

DÍA 3. SANXENXO - O GROVE (19,5 KM)

Sanxenxo es todo un paseo a la orilla del mar, el cual nos brinda en el mirador de Punta Vicaño un espacio verde para nuestro esparcimiento. Camino hacia Portonovo, dejaremos atrás un paisaje de playas urbanas y nos dirigiremos hacia un entorno más natural. Desde Punta Faxilda, las impresionantes vistas de la Isla de Ons revelan la razón por la que las puestas de sol en el Salnés son únicas. En la ermita de A Lanzada, las leyendas y rituales que envuelven la antigua fortaleza ensalzan el espectáculo marítimo de la zona. El océano Atlántico salpica con sus aguas los restos de la torre que los Meiriños levantaron para defender Compostela. Y es aquí, entre Sanxenxo y O Grove, donde encontramos una de las playas más hermosas de Galicia, A Lanzada. Un lugar mágico, rodeado por todo un ecosistema dunar.

DÍA 4. O GROVE (Circular 29 KM)

O Grove invita a disfrutar de parajes naturales, historia y gastronomía. Una etapa circular nos guía por este municipio, considerado "el paraíso del marisco". Nuestro camino nos irá mostrando hermosas vistas de la Isla de Sálvora, yacimientos arqueológicos, lagunas y un museo al aire libre, son algunos de sus tesoros. Dejando atrás el Puerto de O Grove avanzamos hacia la Isla de la Toja, famosa por sus aguas termales. Allí tendremos ocasión de visitar su peculiar Ermita, totalmente recubierta de conchas de vieira. A 3 km de finalizar esta etapa, en el mirador del Monte Siradella, podremos disfrutar de las vistas más privilegiadas de la Ría de Arousa.

DÍA 5. O GROVE - CAMBADOS (22,2 KM)

Nos dirigimos al corazón del Salnés, por tierras de Meaño. Antiguas factorías de tejas (As Telleiras) añaden al entorno el valor histórico de las actividades cotidianas de la zona. Un paisaje de marismas y viñedos nos indica que estamos llegando a Cambados, Conjunto Histórico Artístico y capital del vino Albariño. El barrio mariner de "Santo Tomé" mantiene intacto su encanto de antaño. Casas revestidas de conchas, el pazo de Montesacro o la Torre de San Sadurniño, reviven la grandeza de un pueblo que luchó contra normandos y vikingos. Cambados invita a caminar por sus calles de piedra, pazos señoriales y plazas, en la de "Fefiñáns", finalizaremos esta etapa.

DÍA 6. CAMBADOS - A ILLA DE AROUSA (18 KM)

En el primer tramo hallaremos el Molino de mareas de "A Seca", uno de los pocos molinos de agua de mar que existen en Galicia y que nos sorprenderá por su peculiar ingeniería. Totalmente restaurado, funciona como museo. Seguiremos bordeando la costa hasta el puente de 2 km que nos conduce hasta "A Illa de Arousa". Allí disfrutaremos de un lugar idílico, marcado por la tradición pesquera y rodeado de las más hermosas playas. El puerto pesquero de "O Xufre", el Faro de "Punta Cabalo", la ruta de "Os Cons" (grandes rocas de granito esculpidas por el viento y las olas) y el Mirador de "Con do Forno" son algunos de sus atractivos. El "Muelle de Pau" y el Museo de la Conserva pondrán fin a esta etapa.

DÍA 7. A ILLA DE AROUSA - VILANOVA DE AROUSA (16,7 KM)

Esta etapa nos permitirá seguir descubriendo el maravilloso paisaje de nuestra Ría. Desde el arenal de "As Sinas" nos dirigiremos hacia el pueblo marinero de Vilaxoán. El parque botánico del Enrique Valdés Bermejo nos dará la bienvenida a Vilagacía de Arousa. Ciudad conocida como "el Puerto de Compostela" y que nos permitirá descubrir el Pazo de Vista Alegre, que junto a su Convento forman un conjunto arquitectónico de gran valor declarado monumento Histórico-Artístico Nacional. El tramo más urbano y comercial de nuestra ruta nos guiará hacia su puerto deportivo. La playa de Compostela nos conducirá hasta la villa marinera de Carril, desde donde podremos contemplar "Cortegada", una isla verde en la que crece el mayor bosque de laurel de toda Europa, con árboles de hasta 13 metros de altura.

DÍA 8. VILAGARCÍA DE AROUSA - PADRÓN (25,3 KM)

Camino hacia Catoira, nos acompañará un paisaje de bosques y marismas. La Ría de Arousa entra al encuentro del Río Ulla, creando una frontera natural que separa las provincias de Pontevedra y la Coruña. Las Torres del Oeste nos recuerdan su esplendoroso pasado en defensa de la villa compostelana y nos llevan a evocar el último viaje que hicieron los restos del Apóstol remontado las aguas del Ulla hasta Pontecesures, camino de Santiago de Compostela.

DÍA 9. PADRÓN - SANTIAGO (23 KM)

A partir de Padrón, nuestra ruta sigue el trazado del Camino Portugués a través de Iria Flavia, A Escravitude y su Santuario, O Milladoiro, A Rocha Vella ... para, llegar a Santiago de Compostela por la Porta Faxeira, que nos dirige a la portada de Praterías de la Catedral compostelana, donde, al igual que nosotros, Fray Sarmiento culminó su viaje en 1745 para ganar el jubileo.

DÍA 10. CHECK OUT Y FIN DE NUESTROS SERVICIOS

Incluido

- Precio por persona.
- Alojamiento y desayuno en habitación doble o individual.
- Transporte de mochilas para cada una de las etapas por el camino (max. 15 Kg por mochila).
- Alojamientos durante el camino: Hoteles, Casa Rurales, Hostales o Pensiones.
- 1 Visita guiada por Santiago (casco histórico): 2h en castellano.
- Dossier informativo.
- Seguro de viaje con servicio de asistencia telefónica de 24 horas.

No Incluido

- Coche de apoyo.
- Traslados IN/OUT.

Condiciones

CREDENCIAL DEL PEREGRINO

Documento entregado a los peregrinos en la Edad Media como salvoconducto, hoy en día existe un modelo oficial de credencial distribuida y aceptada por la Oficina de Peregrinaciones de la Diócesis de Santiago. Se puede solicitar personalmente en la Oficina de Acogida al Peregrino o en otras instituciones autorizadas. La credencial debe rellenarse en la asociación distribuidora con los datos del peregrino. También llevará el sello de la entidad que entregó la credencial; Además, se pondrá la fecha y el sello de la Catedral una vez cumplida la peregrinación.

PLANIFICACIÓN

Es útil documentarse sobre la ruta que a realizar y elaborar un calendario, conocer de antemano los pueblos a visitar, tradiciones, comarcas, paisaje; es gratificante y hará más provechoso el viaje. Es muy recomendable acudir a una Asociación de Amigos del Camino de Santiago, en España hay más de 50, en casi todas las provincias.

CALZADO

Debe ser ni muy ligero ni muy pesado, flexible y con buena estabilidad, características que reúnen las zapatillas de trekking y el calzado trail running. Ambas son más ligeras que las botas de senderismo y aportan mayor flexibilidad y amortiguación. La suela es más resistente y soporta mejor los impactos y el peso de la mochila que una zapatilla de atletismo. El tejido impermeable y transpirable Gore-Tex evitará que se moje el pie y evacuará el sudor al exterior.

MOCHILA

Es el caparazón, la casa que lleva a cuestas. Su capacidad debería rondar los 40 - 50 litros. Una vez llena no debería superar el 10% del peso del caminante, el peso que rebase esta cifra pasará factura en forma de sobrecargas o contracturas. Sus costuras deben ser fuertes, hombreras acolchadas, refuerzo lumbar y correas ajustables para la cintura y el pecho. Debe tener un sistema de regulación según la altura de cada usuario, es fundamental ajustar las correas de forma que el peso descansa

sobre la espalda y no tire de los hombros. La funda impermeable es imprescindible para los días de lluvia.

INDISPENSABLE

La indumentaria adecuada, además de la ropa puesta, llevar 2 ó 3 mudas. Si es verano debemos incluir visera o sombrero, chaqueta ligera impermeable y pantalón corto de senderismo; Si es invierno, ropa apropiada para el frío (mallas de fibra polar, camiseta interior y exterior técnica, etc.), gorro, guantes y braga, sustituir la chaqueta ligera por un cortavientos impermeable.

Además es indispensable llevar DNI, Tarjeta Sanitaria, Tarjeta de Crédito y la Credencial del Peregrino, una cantimplora o camelback de 1l., bastones de trekking o bordón, toalla de microfibras, chanclas para la ducha, jabón para lavar la ropa, el material de aseo personal, un botiquín con aspirina o ibuprofeno, crema solar, tiritas, yodo, agujas esterilizadas para pinchar las ampollas ...; Gafas de sol, linterna frontal, navaja, varios impermeables y pinzas, cargador para el móvil/cámara ...

PREPARACIÓN

Realizar una preparación física previa, planificar las etapas en función de sus posibilidades físicas haciendo descansos. Evitar la exposición solar directa, y recorridos en las horas de máxima intensidad o exposiciones progresivas; Utilizar cremas de protección solar y cremas hidratantes, gafas solares con protección ultravioleta. Llevar casco y chaleco con luminosidad para los que viajen en bicicleta. Consumir agua embotellada o potable. Se recomienda una ingestión mínima diaria de 2 l. de agua y de 4 a 5 ingestiones diarias de alimentos frescos. La ducha diaria y un correcto secado, aparte de asegurar una buena higiene, es muy recomendable para el descanso y para prevenir maceraciones y micosis. Es fundamental el cuidado de los pies con el fin de prevenir las ampollas; para ello emplearemos calcetines de algodón, siempre limpios, secos y bien colocados para evitar rozaduras.

Hoteles

Hoteles, Casa Rurales, Hostales o Pensiones.