

10 GIORNI

CAMMINO DI SANTIAGO

260 KM

DA ASTORGA

Descrizione tappa per tappa

Descrizione accurata di ogni tappa del Cammino francese da Astorga

Dove dormire

Lista degli alberghi dove dormire secondo tre diverse configurazioni

Informazioni utili lungo il Cammino

Curiosità sui luoghi del Cammino e informazioni utili prima di partire

WalkingEurope

Indice

3	PRIMA TAPPA <i>Astorga - Foncebadón</i>	SETTIMA TAPPA <i>Sarria - Portomarín</i>	15
5	SECONDA TAPPA <i>Foncebadón - Ponferrada</i>	OTTAVA TAPPA <i>Portomarín - Palas de Rei</i>	17
7	TERZA TAPPA <i>Ponferrada - Villafranca del Bierzo</i>	NONA TAPPA <i>Palas de Rei - Arzúa</i>	19
9	QUARTA TAPPA <i>Villafranca del Bierzo - Las Herrerías</i>	DECIMA TAPPA <i>Arzúa - Santiago</i>	21
11	QUINTA TAPPA <i>Las Herrerías - Triacastela</i>	EXTRA	23
13	SESTA TAPPA <i>Triacastela - Sarria</i>		

PRIMA TAPPA

Da Astorga a Foncebadón

DISTANZA
25,7 KM

DURATA
6/7 ORE

DISLIVELLO
+ 430 M

DIFFICOLTÀ
MEDIA

Partendo dalla cattedrale di Astorga ci si dirige in calle Portería, per poi girare a destra in calle Sancti Spiritu, proseguire seguendo la segnaletica e giungere sulla strada provinciale, puntando verso Santa Colomba de Somoza. Andando ancora avanti si arriva fino a Murias de Rechivaldo, da cui bisogna seguire un sentiero parallelo alla provinciale fino a Santa Catalina de Somoza. A questo punto si continua a seguire l'itinerario, molto ben

segnalato, fino alla località di El Ganso e poi, attraversando un bosco, fino a Rabanal del Camino, dove inizia una lunga salita che porta fino a Foncebadón.



ASTORGA E GAUDÍ

Ad Astorga è presente un incredibile palazzo episcopale progettato da Gaudí su commissione del vescovo e amico Grau e realizzato con materiali tipici del luogo. Il tetto e il piano superiore dell'edificio seguono però un progetto architettonico diverso curato da Ricardo García Guereta.

Dove dormire a Foncebadón

El Trasgu de Foncebadón

PRENOTA

La Posada del Druida

PRENOTA

Convento de Foncebadon

PRENOTA

Località attraversate e punti di interesse

1. Murias de Rechivaldo | 4,7 Km



2. S. Catalina de Somoza | 9 Km



3. El Ganso | 13,3 Km



4. Rabanal del Camino | 20,3 Km



5. Villares | 22,2 Km



SECONDA TAPPA

Da Foncebadón a Ponferrada

DISTANZA

27,9 KM

DURATA

6/7 ORE

DISLIVELLO

+ 320 M, - 1200 M

DIFFICOLTÀ

MEDIA

Una volta usciti da Foncebadón si segue il sentiero e circa 40 minuti dopo si giunge alla Cruz de Hierro (luogo molto importante per i pellegrini che, storicamente, posano una pietra davanti alla croce al proprio passaggio) da cui poi si continua lungo una lieve discesa, passando presso Manjarín e ricominciando la salita (che durerà circa 1 ora), che si trasformerà poi in una ripida discesa fino alla località di El Acebo. Si segue dunque la strada provinciale e poi ci

si dirige lungo un sentiero sulla sinistra, fino a Riego de Ambrós. Poco più di un'ora dopo si arriva a Molinaseca e poi a Campo. Si attraversa poi un ponte sul río Boeza e, seguendo la segnaletica, si giunge al castello templare di Ponferrada.

CRUZ DE HIERRO

La Cruz de Hierro si trova a pochi chilometri da Foncebadón ed è uno dei luoghi più simbolici del cammino: molti pellegrini portano con sé una pietra o un oggetto da lasciare ai piedi della croce come simbolo di liberazione da un peso o dai peccati.

Dove dormire a Ponferrada

**Albergue
Guiana**

PRENOTA

€

**Hotel Aroi
Bierzo Plaza**

PRENOTA

€€

**AC Hotel
Ponferrada**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. Manjarin | 4,3 Km



2. El Acebo | 11,3 Km



3. Riego de Ambros | 13,4 Km



4. Molinaseca | 19,3 Km



5. Campo | 23,4 Km



Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



TERZA TAPPA

Da Ponferrada a Villafranca del Bierzo

DISTANZA
23,2 KM

DURATA
5/6 ORE

DISLIVELLO
+ 200 M, - 140 M

DIFFICOLTÀ
FACILE

Dal castello di Ponferrada si prende calle Gil y Carrasco e poco dopo si gira a destra. Seguendo le svolte del percorso all'interno della città, si attraverseranno Compostilla e Columbianos. Poi si continua sulla strada per Fuentes Nuevas e dunque ci si dirige a Camponaraya, dove ci si discosta dalla strada per imboccare un sentiero rurale e attraversare la A-6. Dopo circa mezz'ora di cammino immersi nella natura si giunge a Cacabelos e altri 30 minuti

dopo al borgo di Pieros. Poco dopo essere usciti dal borgo si svolta a destra e qualche centinaio di metri dopo ci si dirige invece a sinistra, fino ad arrivare a Valtville de Arriba. Continuando per circa un'ora si arriva finalmente a Villafranca del Bierzo.

Dove dormire a Villafranca del Bierzo

**Albergue
el Castillo**

PRENOTA

€

**Plaza
Mayor**

PRENOTA

€€

**Parador de
Villafranca del Bierzo**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. Columbrianos | 5,4 Km



2. Fuentesnuevas | 7,8 Km



3. Camponaraya | 9,8 Km



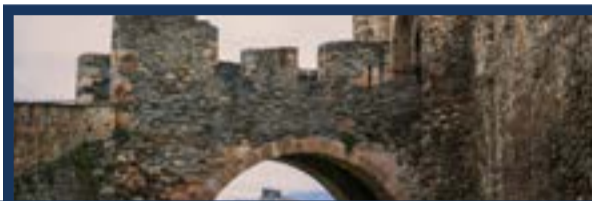
4. Cacabelos | 15,8 Km



5. Pieros | 17,8 Km



6. Valtuille de Arriba | 19,8 Km



CASTILLO DE LOS TEMPLARIOS

Il Castello di Ponferrada, chiamato anche "Castello dei templari" è stato costruito e ampliato tra il XII e il XIII secolo con lo scopo di proteggere i pellegrini che si incamminavano per Santiago. La struttura ospita la Biblioteca Templare e il Centro di Ricerca e Studi Storici di Ponferrada ed è aperta al pubblico. L'ingresso al castello è molto caratteristico, vantando la presenza di un ponte levatoio su un fossato abbastanza ampio.

Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



QUARTA TAPPA

Da Villafranca del Bierzo a Las Herrerías

DISTANZA
20,5 KM

DURATA
5 ORE

DISLIVELLO
+ 490 M, - 300 M

DIFFICOLTÀ
FACILE

Questa tappa comincia camminando su rúa del Agua, fino a una piazza dove si deve svoltare a sinistra per poi attraversare il río Burbía. Poco dopo si può scegliere tra due varianti, una facile e una invece molto più faticosa che sconsiglio ai non esperti. Se si segue la variante facile ci si incammina lungo un sentiero che segue la strada e che arriva fino a Trabadelo, passando per Pereje. Una volta arrivati a Trabadelo si continua in direzione di “La Portela

de Valcarce”, per poi girare a sinistra verso Vega de Valcarce. Proseguendo sul sentiero a un certo punto inizia una salita abbastanza ripida e si arriva a Las Herrerías.

Dove dormire a Las Herrerías

**Casa
Lixa**

PRENOTA

€

**Paraiso
del Bierzo**

PRENOTA

€€

Località attraversate e punti di interesse

1. Pereje | 5,8 Km



2. Trabadelo | 10,3 Km



3. La Portela de Valcarce | 14,1 Km



4. Ambasmestas | 15,5 Km



5. Vega de Valcarce | 17,1 Km



6. Ruitelán | 19,3 Km



Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



QUINTA TAPPA

Da Las Herrerías a Triacastela

DISTANZA
29 KM

DURATA
7/8 ORE

DISLIVELLO
+ 1050 M, - 1090 M

DIFFICOLTÀ
DIFFICILE

Partendo da Las Herrerías si incontra, poco dopo, la località di Hospital e, dopo una salita faticosa, anche la località di La Faba. Da qui si continua per circa un'ora verso La Laguna e, continuando a seguire il sentiero, si entra finalmente nella regione della Galizia (punto contrassegnato da un cippo di confine). Continuando la salita si arriva fino a O Cebreiro e poi ci si dirige lungo un sentiero che per gran parte passa all'interno di un versante boschivo. Si giunge

dunque al passo di San Roque e poco dopo anche a Hospital de Condesa. Da qui ricomincia una salita molto faticosa, che però è forse l'ultima di questo tipo fino all'arrivo a Santiago. Si passa poi per i borghi di Fonfría e O Biduedo e si scende fino a Fillobal. Proseguendo per qualche chilometro lungo il cammino si arriva a Triacastela.

Dove dormire a Triacastela

**Hostal-Meson
Vilasante**

PRENOTA

€

**Pension-Albergue
Lemos**

PRENOTA

€€

**Iberik
Hotel**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. La Faba | 3,4 Km



2. La Laguna | 5,8 Km



3. O Cebreiro | 8 Km



4. Liñares | 11,3 Km



5. Hospital | 13,9 Km



6. Padornelo | 16 Km



7. Alto do Poio | 16,7 Km



8. Fonfría | 20 Km



9. O Biduedo | 24,5 Km



10. Filobal | 25 Km



11. Pasantes | 26,8 Km



LA GALIZIA

Lungo questa tappa si attraversa il confine della Galizia, una regione autonoma spagnola dotata di oltre 1500 Km di costa. Questa zona della Spagna ha una propria lingua, il "gallego" ed è caratterizzata da paesaggi verdissimi e un clima piuttosto piovoso, ricordando quello di nazioni come l'Irlanda o l'Inghilterra. La Galizia inoltre è anche famosa per le sue specialità culinarie, permettendo a chi la visita di mangiare piatti di pesce e frutti di mare veramente squisiti.

Punto acqua 

Ristorazione 

Alloggi 

SESTA TAPPA

Da Triacastela a Sarria

DISTANZA
18,3 KM

DURATA
4/5 ORE

DISLIVELLO
+ 280 M, - 510 M

DIFFICOLTÀ
FACILE

Questa tappa può essere percorsa secondo due tracciati, uno che passa per Samos e uno che invece attraversa San Xil. In questo caso tratteremo la seconda variante prima elencata. Uscendo da Triacastela si gira a destra e si segue il sentiero, attraversando A Balsa e arrivando fino a San Xil. Da qui si percorre poco meno di un'ora lungo una strada asfaltata e si gira poi a destra all'interno di un bosco. Dopo essere usciti dal bosco si imbecca una provinciale

e si arriva a Montán. Poco dopo ci si ricongiunge con il sentiero dell'altra variante e, parallelamente alla strada, si arriva a Sarria.

IL MONASTERO DI SAMOS

Il Monastero di San Xulián de Samos è un monastero benedettino costruito nel VI secolo. Per visitare questo splendido luogo è necessario percorrere la tappa seguendo la deviazione che passa per Samos (non quella indicata in questa pagina) e allungando di circa 7/8 chilometri. La struttura è veramente fantastica e vale assolutamente la pena allungare leggermente la tappa per visitarla.

Dove dormire a Sarria

**Albergue
Oasis**

PRENOTA

€

**El
Malecon**

PRENOTA

€€

**Praza
Camelias**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. A Balsa | 2,6 Km



2. San Xil | 4,2 Km



3. Gosende | 8,4 Km



4. Pintín | 12 Km



5. Aguiada | 14,1 Km



Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



SETTIMA TAPPA

Da Sarria a Portomarín

DISTANZA

22,2 KM

DURATA

5/6 ORE

DISLIVELLO

+ 220 M, - 270 M

DIFFICOLTÀ

FACILE

La tappa inizia lasciando Sarria camminando per un sentiero boschivo e dirigendosi verso Barbadelo, da dove si prosegue attraversando alcune piccole località, fino ad A Brea, poco dopo la quale si trova il segnale che indica i 100 Km all'arrivo a Santiago de Compostela. Dopo circa 20 minuti si giunge a Ferreiros e continuando ancora per un'ora a Mercadoiro. Si continua lungo il sentiero del Cammino e si scende quasi fino all'altezza di río Miño, dove si attraversa un lungo e

iconico ponte che porta fino alla cittadina di Portomarín.

Dove dormire a Portomarín

**Huellas
Albergue-Turístico**

PRENOTA

€

**Casa do
Maestro**

PRENOTA

€€

**Vistalegre
Hotel-SPA**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. Vilei | 3,7 Km



10. Mirallos | 13,8 Km



2. Barbadelo | 4,4 Km



11. A Pena | 14,3 Km



3. Rente | 5,5 Km



12. Mercadoiro | 16,9 Km



4. A Serra | 6,2 Km



13. A Parrocha | 18,8 Km



5. O Monte | 6,4 Km



14. Vilachá | 20 Km



6. Xistelo | 8,1 Km



7. A Brea | 11,6 Km



8. Morgade | 12,2 Km



9. Ferreiros | 13,2 Km



Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



OTTAVA TAPPA

Da Portomarín a Palas de Rei

DISTANZA

24,9 KM

DURATA

6/7 ORE

DISLIVELLO

+ 330 M, - 190 M

DIFFICOLTÀ

MEDIA

Dal centro di Portomarín si scende lungo la strada principale e si attraversa un ponte, per poi seguire il sentiero e girare a destra all'altezza di una fabbrica. Si attraverserà per due volte la strada e si raggiungono in ordine le località di Gonzar, Castromaior e Hospital da Cruz. Da qui ci si dirige verso Ligonde e Portos. Continuando a camminare si attraversano poi alcuni paesini e si arriva a Palas de Rei.

Dove dormire a Palas de Rei

Albergue a Casina di Marcello

[PRENOTA](#)

€

O Cabalo Verde

[PRENOTA](#)

€€

Località attraversate e punti di interesse

1. Gonzar | 8 Km



10. A Brea | 22 Km



2. Castromaior | 9,4 Km



3. O Hospital | 11,7 Km



4. Vendas de Narón | 13,2 Km



5. Ligonde | 16,1 Km



6. Airexe | 17,3 Km



7. Portos | 19,4 Km



8. Lestedo | 20 Km



9. Os Valos | 20,8 Km



Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



NONA TAPPA

Da Palas de Rei a Arzúa

DISTANZA
28,7 KM

DURATA
7 ORE

DISLIVELLO
+ 275 M, - 480 M

DIFFICOLTÀ
DIFFICILE

Partendo da Palas de Rei, circa 45 minuti dopo, si incontra la chiesa di San Xulián do Camino e poco dopo si entra nella provincia di A Coruña, arrivando a Leboreiro. Si prosegue dunque fino a Mélide (località molto nota per il famosissimo polpo, che consiglio vivamente di assaggiare in una delle tante “pulperias”). Da qui, dopo qualche dislivello e circa un’ora e mezza si arriva alla località di Boente e si continua ancora fino a Ribadiso da Baixo. Ora manca poco meno di un’ora

per raggiungere Arzúa, località nota per il “Queixo de Arzúa”.



PULPO A LA GALLEGA

A Melide, più o meno a metà tappa, si può mangiare il “pulpo a la gallega”, una specialità del luogo veramente squisita e per cui vale la pena fermarsi per pranzo. Nella cittadina si trovano infatti moltissime “pulperias”, ristoranti tipici dove si può assaggiare il polpo cucinato secondo la ricetta originale del luogo. Se vi fermerete a Melide a provarlo sicuramente non ve ne pentirete!

Dove dormire a Arzúa

**Albergue
San Francisco**

PRENOTA

€

**Casa do
cabo**

PRENOTA

€€

**Hotel
Arzúa**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. San Xulián do Camiño | 3,3 Km



2. A ponte Campaña | 4,5 Km



3. Casanova | 5,7 Km



4. A Campanilla | 7,9 Km



5. Melide | 14,5 Km



6. Boente | 20,3 Km



7. A Castañeda | 22,5 Km



8. Ribadiso | 26 Km



Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



NONA TAPPA

Da Arzúa a Santiago

DISTANZA

39,1 KM

DURATA

9/10 ORE

DISLIVELLO

+ 360 M, - 570 M

DIFFICOLTÀ

DIFFICILE

Questa tappa è senz'altro la più lunga e forse la più impegnativa di questi 10 giorni di cammino, pertanto si potrebbe spezzare fermandosi a dormire a Pedrouzo. Da Arzúa si cammina per circa mezz'ora, fino a Pregontono e proseguendo si attraversano altre località, fino ad arrivare a Salceda. Nel tratto seguente si attraversa più di una volta la strada N-547 e ci si dirige attraverso sentieri sterrati e boschivi fino a A Rúa. Continuando sempre nel bosco si raggiunge la località di San

Antón, da cui si continua e ci si avvicina all'aeroporto di Santiago, che va costeggiato per un tratto abbastanza lungo. Si arriva dunque a una rotonda (da cui mancano 12 Km all'arrivo) e ancora dopo si raggiungono Lavacolla e Villamaior. Continuando a camminare e a seguire le indicazioni si arriva alla salita del monte do Gozo, da cui si discende verso Santiago. Ora basta seguire le indicazioni all'interno della città per arrivare in praza do Obradoiro.

Dove dormire a Santiago

**Albergue
Seminario Menor**

PRENOTA

€

**Hotel Montenegro
Compostela**

PRENOTA

€€

**NH Collection
Santiago**

PRENOTA

€€€

Località attraversate e punti di interesse

1. Pregontoño | 2,2 Km



2. A Calzada | 5,8 Km



3. A Calle de Ferreiros | 7,7 Km



4. A Boavista | 9 Km



5. A Salceda | 11,1 Km



6. A Brea | 13,5 Km



7. Santa Irene | 16 Km



8. O Pedrouzo | 19,5 Km



9. O Ameneiral | 22,5 Km



10. Cimadevilla | 23 Km



10. San Paio | 26,8 Km



11. Lavacolla | 29 Km



10. San Marcos | 34 Km



MONTE DO GOZO

Il Monte do Gozo è la collina da cui si possono vedere per la prima volta le guglie della Cattedrale di Santiago de Compostela. È anche l'ultimo rilievo geografico da superare prima dell'arrivo alla meta finale del Cammino, nonché un luogo importante per i credenti, visto che nel 1989 è stato visitato da Papa Giovanni Paolo II che vi ha anche tenuto un discorso.

Punto acqua



Ristorazione



Alloggi



Cosa portare sul Cammino per 10 giorni

Indumenti:

- 2/3 magliette per camminare
- 1 maglietta per dormire
- 1/2 pantaloni per camminare
- 1 pantaloncino per dormire
- 1 felpa o pile
- 1 giacca a vento
- 3 paia di calze tecniche
- 3 mutande

Salute e igiene personale:

- Asciugamani leggeri
- Crema solare
- Medicinali essenziali
- Prodotti per le vesciche
- Sapone di Marsiglia
- Spazzolino da denti

Varie:

- Borraccia
- Cappello per il sole
- Ciabatte
- Coltellino
- Copertura impermeabile
- Corda per il bucato
- Credenziale
- Kit da cucito
- Kit primo soccorso
- Lucchetto per armadietti
- Powerbank
- Sacco a pelo o sacco-lenzuolo
- Torcia frontale

WalkingEurope^{***}

WWW.WALKINGEUROPE.IT