

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Allgemeine Hinweise	8
Symbole	9
GPS-Tracks	10
Top-Touren in Galicien	11
Information und Auskunft	14
Wichtige Telefonnummern und Adressen	17
Wandern in Galicien	18
Freizeitaktivitäten in Galicien	19
Rías Altas	
TOP 1 4.45 Std. Fragas do Eume – Mosteiro de Caaveiro	30
2 1.20 Std. Punta Frouxeira	34
3 2.30 Std. Río Sor	36
4 2.45 Std. Fraga de Teixido und Fraga de Becerreira	38
5 3.00 Std. Ruta del Ferrocarril	40
TOP 6 6.45 Std. Alto Eo	42
Der Osten und die Serra do Courel	
7 4.45 Std. Río Loio	46
8 1.45 Std. Os Sequeiros de Mostad	48
9 3.30 Std. Monte Cido	50
10 4.30 Std. Mina da Toca	52
TOP 11 4.30 Std. Val do Río Pequeno	55
Macizo de Peña Trevinca	
12 4.30 Std. Teixadal de Casaio	58
13 3.30 Std. Minas de Vilanova – Ponte	60
TOP 14 5.30 Std. Lagoa da Serpe	64
TOP 15 8.30 Std. Vilanova – Peña Trevinca, 2127 m	68
TOP 16 8.30 Std. Laguna de los Peces – Peña Trevinca, 2127 m	72
Serra de Queixa, Serra do San Mamede, Cañón do Sil	
17 2.30 Std. Rundweg bei Forcadas	76
18 8.00 Std. San Mamede, 1616 m	80
19 1.15 Std. Balcones de Madrid	84
TOP 20 6.15 Std. Cañón do Sil	86
21 3.45 Std. Río Mao	91
22 1.45 Std. Encoro da Hedrada	94
23 4.45 Std. Monasterio de Santo Estevo de Ribas de Sil	96
24 2.15 Std. Camiño Real de San Pedro de Rocas	100
Der Süden: von Ribadavia bis Tui	
25 2.00 Std. Ribadavia	102
26 2.45 Std. Ruta dos Carranos	104
TOP 27 5.30 Std. Río Xabriña	106
28 2.30 Std. Penedos da Picaraña	110
29 6.15 Std. Tui – Río Miño	113
Rías Baixas	
TOP 30 1.15 Std. Muíños do Folón e do Picón	117
31 2.45 Std. Río Miño – Río Tamuxe	120
32 3.30 Std. Galiñeiro, 694 m	122
33 3.30 Std. Caritel – Pasos da Fraga	126
34 1.15 Std. Cobres	129
35 1.00 Std. Con Negro	130
36 1.45 Std. O Grove	132
37 3.30 Std. Mosteiro de Armenteira	134
Costa da Morte	
38 1.45 Std. Cabanamoura	136
39 2.15 Std. Monte Louro – Pico da Garita, 239 m	138
TOP 40 3.45 Std. O Pindo – Monte Pindo – A Moa, 629 m	140
TOP 41 3.45 Std. O Fieiro – Monte Pindo – A Moa, 629 m	143
42 1.45 Std. Finisterre – Ermita de San Guillermo	146
43 2.00 Std. Praia do Mar de Fóra – Monte do Facho	148
44 3.00 Std. Veladoiro, 234 m	150
45 2.45 Std. Cemiterio dos Ingleses – Arenal do Trece	152
46 1.30 Std. Cabo Vilán – Ermida da Virxe do Monte	156
47 2.15 Std. Praia do Ariño – Monte da Insua	158
48 1.20 Std. A Ponte do Porto – Río Grande	160
49 4.00 Std. Laxe – Praia de Traba	162
50 1.20 Std. Punta da Insua – Faro de Laxe	166
TOP 51 6.15 Std. Río Anllóns – Pedra da Serpe	168
Stichwortverzeichnis	172
Einige galicische und spanische Begriffe	174