



加利西亚

galicia

XUNTA DE GALICIA

ZH



不可错过 | 7 - 20

体验加利西亚的十个故事 | 21 - 68

更多加利西亚 | 69 - 85

galicia

加利西亚

西班牙

人们说世界在我们的海岸这里终结，但在你迷失于曾被认为浩瀚无垠的大西洋之前，我们邀请你来探索一个将唤醒五种感官的世界。

历史长河中很多民族曾试图征服我们，却因为折服于我们珍藏的奥秘而决定千百年来留在了此处。

从古代岩刻和墓石牌坊到罗马人建造的城墙，再到现存数十处的石寨，石头就是见证者。渐渐地，摄人心魄的修道院和大教堂拔地而起，以在圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela) 修建的巨匠之作为顶峰。

这就是我们献给朝圣者的家，他们自世界各地前来，以在圣地亚哥之路 (Camino de Santiago) 的景致间筋疲力尽穿行多日后接受大教堂香炉的净化，一路风景中可以看到雾霭氤氲的森林绿意无穷，草甸上散布着牛只和农人；后者连同渔夫和拾贝人一起比任何人都更好地象征了努力和艰辛的劳动。

拜他们之赐，我们用最可口的珍馐美馔款待来客。汹涌的大洋催生出最好的龟足，平静的河口中则栖息着美味的蛤蜊、扇贝和贻贝。

在内陆地区，人们号称能烹制出最好吃的章鱼，但也拥有最好的乳酪、萝卜缨、马铃薯和面包。





我们是烘烤玉米、鸟蛤、栉孔扇贝和一切地上跑天上飞水中游之物为馅料的馅饼的行家，是炖菜、煎饼、什锦海鲜、用巴德戎 (Padrón) 青椒配“馥巴”沙丁鱼、烤栗子的里手；也是给蜘蛛蟹填馅和将创新技法用到天然产品之上使其在新主厨手中化身黄金的好手。

奥里维依若 (O Ribeiro)、里维伊拉萨克拉 (Ribeira Sacra)、利亚斯巴依夏斯 (Rías Baixas)、巴尔德奥拉斯 (Valdeorras) 及蒙特雷依 (Monterrei) 原产地命名庇护之下的葡萄酒的口味和特色为聚会助兴，餐后则不能错过咖啡利口酒、香草烧酒和伴以咒语的神奇凯玛达 (queimada)。我们跳过浪尖以求子嗣，我们在圣胡安之夜将篝火点满海滩，我们拥有具治病之功的石头、悬崖上能增进爱情的药草以及汨汨涌出神奇之水的源泉。

如果你来探访我们，你将会发现一众得天独厚之所，这里河流蜿蜒深流于葡萄园、被澎湃大洋浸浴着的细白沙滩、带着将铭刻在你记忆之中的海洋气息的中世纪渔村、人类遗产胜迹和栖息着独一无二物种的岛屿之间。

亲历加利西亚将赋予你一种不同的体验，将使你远离冗常、遍览最纯粹的自然、迷失在神秘之中并找到平和。



不可错过



Playa de As Catedrais
(阿斯卡泰德拉伊斯海滩)。



不可错过

访问加利西亚是一种独一无二的全方位体验，你可以从自然财富和文化财富上得到双重享受。圣地亚哥德孔波斯特拉的历史城区是人类遗产，通往该城的道路以朝圣线路为主干。你可以抵达菲斯特拉岬角（Cabo Fisterra），古时候人们相信世界在那里终结。

在那片位于伊比利亚半岛西北部、被1650公里海岸线界定出来的大地上，众灯塔争当主角，其中赫拉克勒斯塔（Torre de Hércules）是从罗马时代起至今唯一仍在使用的。其沙滩亦是如此，很多还是原生态，在阿斯卡特德拉伊斯（As Catedrais）海滩等地化身为名副其实的天然艺术。

往南去是绝无仅有的动植物保护区大西洋岛屿国家公园（Parque Nacional de las Islas Atlánticas）对面各个“利亚斯巴依夏斯”下河口（Rías Baixas）渐次铺开，它们和“阿尔塔斯”上（Altas）河口一样都盛产鱼蟹贝类。

在内陆旅行时你可以泛舟于流淌在里维依拉萨克拉（Ribeira Sacra）的百年葡萄园和修道院之间峡谷中的锡尔（Sil）河，也可以从罗马城墙上眺望卢戈（Lugo）。

遍地可见的岩刻、墓石碑坊和石寨是远古遗迹，同样，十字碑、高脚粮仓和府宅则是民间建筑的代表。

因出类拔萃的美食而著名的加利西亚以采用高品质的天然食材见长。不要错过在其众多食肆餐厅中享受丰富多样的美饌佳肴的机会。



Praza de Praterías de Santiago (普拉泰利亚斯广场)。

(圣地亚哥德孔波斯特拉)。



圣地亚哥之路

这条欧洲最古老的朝圣之路业已成为欧洲第一文化之路，因为其从中世纪起就便利了伊比利亚半岛和大陆之间的交往。

行走这条路因你将穿越的风景而会是一次独一无二的体验，从山区到海岸，从内陆村镇到你将畅享的美食和你将分享的精神价值不一而足。通往圣地亚哥德孔波斯特拉的路有八条，法国路线作为最常走的那条而突出。如果你还有力气，可以继续走到菲斯特拉岬角 (Cabo Fisterra)，对古代人们而言已知世界的尽头。

圣地亚哥主教座堂和历史中心城区

已近千年的主座教堂守护着使徒雅各的墓穴，也是数十万朝圣者的终点，几个世纪以来他们从全欧洲长途跋涉前来获得“赦免”，并被授予“拉孔波斯特拉 (La Compostela)”这一教会签发的证明走完朝圣之路的证书。

在拥抱位于主祭坛的使徒胸像、瞻仰其墓穴并领受朝圣者弥撒 (Misa del Peregrino) 期间举行的香炉 (Botafumeiro) 表演的催眠之后，你可以登上大教堂的屋顶。

教堂屋顶用大石板建成，从那里可以看到由街道广场构成的历史城区的大部分。各国访客在那里畅享葡萄酒和传统塔巴斯小吃。



卢戈 (Lugo) 罗马城墙

其乃人类文化遗产，是全世界仅有的一道保存完整的罗马城墙。长逾两公里，可从十座城门进入城内。

尽管传说称它是为了保护一座圣林而修建的，现在却可以行遍其顶部通道并眺望到城市的很大一部分，包括主教座堂和老城区的石铺街道。在阿尔代卢古斯 (Arde Lucus) 节期间人们纪念卢戈过去的罗马时代，那一时代也留下了当时的公共浴室为证。在圣弗洛依兰 (San Froilán) 节庆期间，请别忘了在应守护神节而设的某个摊档上品尝一份节庆 (á feira) 章鱼。在加利西亚最重要的河流米尼奥 (Miño) 河河岸散个步可以消食。

赫拉克勒斯塔

这座还在工作的最古老的灯塔是为了方便从古时起就是商道要冲的地中海和东北欧之间的航行而建造的。围绕着这座灯塔有众多传说，最著名的说赫拉克勒斯战胜了巨人吉里昂以解放他占据的土地。赫拉克勒斯在砍下他的头之后，把头埋在了海边，并在其上建起了灯塔。附近诞生出克鲁尼亚 (Crunia) 镇，名字来自住在那里的第一名女子。

你可以登上塔顶观赏拉科鲁尼亚 (A Coruña) 和大西洋，它的波涛风浪在整个海岸永远都劲吹不止。灯塔周围铺开一大片绿地，已变为供人漫步的雕塑公园。



菲斯特拉岬角 (Cabo Fisterra)

罗马人视这个地方为 (finis terrae) ,即世界尽头,大地的最西端。指挥征服伊比利亚半岛这一隅的迪基姆斯·朱尼厄斯·布鲁图斯 (Décimo Junio Bruto) 将军在观赏日落之后得出结论说太阳就是消逝在那片海中的。

岬角位于死亡海岸 (Costa da Morte) ,被原生海滩所围绕着,被桀骜不羁的大西洋拍击着,从其峭壁之上可以眺望海洋之浩瀚,陪伴众多走完全程时的朝圣者。

离岬角很近之处坐落着圣马利亚达斯阿瑞阿斯 (Santa María das Areas) 罗曼式教堂,教堂内设金须基督 (Cristo da Barba Dourada) 的形象,传说他的头发指甲会长。

大西洋岛屿国家公园 (Parque Nacional das Illas Atlánticas)

这座公园由锡耶斯 (Cíes)、昂斯 (Ons)、萨尔沃拉 (Sálvora) 和柯尔特伽达 (Cortegada) 群岛组成,动植物群落多样且独特,是欧洲的自然遗产瑰宝,提供无与伦比的景观。由于参观是有限制的,所以最推荐的是乘坐从维哥 (Vigo)、坎嘎斯 (Cangas)、巴约那 (Bayona) 或桑申肖 (Sanxenxo) 等港口出发的船只前往。

无论你选择参观哪个岛屿,我们都建议你走专门开辟的徒步路线,这些路线能把你带至其灯塔,令你享受完全天然的海滩,在那里你可以看到种类极为繁多的禽鸟和海洋动物。

这些岛屿是“利亚斯巴依夏斯”下河口 (Rías Baixas) 的组成部分,顺路你还有机会观看渔船作业,它们每天劳作,捕获最好的鱼产和海鲜贝类。



Mirador (观景台)。Cañón del Sil (锡尔峡谷)。



San Miguel de Eiré (圣米格尔德埃以雷)。Pantón (榜桥)。



里维伊拉萨克拉 (Ribeira Sacra) 和锡尔峡谷 (Cañón del Sil)

锡尔 (Sil) 河和米尼奥 (Miño) 河多个世纪以来鬼斧神工，把里维伊拉萨克拉 (Ribeira Sacra) 造就成一片别具一格的遍布葡萄园和修道院的陡坡地带。

欧洲罗曼式宗教建筑最大的集群就在这里，拥有绝无仅有的范例如圣克里斯蒂娜德里瓦斯德锡尔 (Santa Cristina de Ribas de Sil)、圣米格尔德埃以雷 (San Miguel de Eiré) 或圣艾斯泰沃德里瓦斯德米尼奥 (Santo Estevo de Ribas de Miño)。

请不要错过乘坐双体船游览锡尔峡谷时或者从平行于毛 (Mao) 河的步道上可以观赏到的壮丽景色。这些卢戈 (Lugo) 和奥伦赛 (Ourense) 大地上出产的具有自身原产地命名的葡萄酒是为你的体验锦上添花的完美伴侣。

阿斯卡泰德拉伊斯 (As Catedrais) 海滩

坎塔布里亚海拍击卢戈马力尼亚 (Mariña) 地区的汹涌之势自远古以来雕琢出了这一天然名胜，在退潮时可以观赏到其全部姿容。退潮时还能让你漫步在30多米高的石拱、巷道和洞穴之间。

正是这一情形令这片真名为阿乌嘎斯塔斯 (Augas Santas) 的沙滩另得其名。请别忘了咨询参观许可和时间，因为为了保护这片景观出类拔萃的美，参观是有限制的。

关于美人鱼和水手的传说在你游历附近的村庄时将伴随着你，如拥有颇吸引人的归侨宅邸的里瓦德欧 (Ribadeo) 或者拥有老城区和突出的中世纪教堂的比维依若 (Viveiro)。若要恢复精力，请别忘了在陵洛 (Rinlo) 等港口备有十分美味的海鲜饭。





5



6

美食

馅饼、萝卜缨、奶酪、鱼、小牛肉、节庆章鱼 (pulpo á feira)、汤、七鳃鳗或者面包，佐以最好的葡萄酒，是在任何一个加利西亚村庄或城市都可以品尝到的一些食品。

因品质而著名且拥有产地证明的本地美食相当之多。其中突出的有以多汁幼嫩而出众的加利西亚小牛肉或者因民谚“有辣有不辣 (uns pican e outros non)”而著称的巴德戎青椒。加利西亚也因其乳酪而出名，拥有泰蒂亚 (Tetilla)、阿尔苏亚伍耀阿 (Arzúa-Ulloa)、塞布瑞若 (Cebreiro) 或圣西蒙达科斯塔 (San Simón da Costa) 等品种。我们建议你每一种都品尝一下，因为只挑选一种是很困难的。接下来是品酒，总计有五个加利西亚葡萄酒原产地命名：利亚斯巴依夏斯 (Rías Baixas)、奥里维依若 (O Ribeiro)、里维伊拉萨克拉 (Ribeira Sacra)、巴尔德奥拉斯 (Valdeorras) 和蒙特瑞依 (Monterrei)，分白葡萄和红葡萄品种。

原材料的卓越令最优秀的大厨欣然采用，西班牙各主要餐厅里对加利西亚的鱼、海贝蟹类和肉类趋之若鹜，纷纷加入菜单。地产贻贝的味道和色泽无有出其右者，蝉虾和扇贝也一样，是国际上最负盛名的大厨的最爱。

从奥赛雷若 (O Celeiro) 港出海捕鱼的船只所捕得的鲜美的鳕鱼或者从奥容谷多 (O Roncudo) 危险的礁石中采得的龟足也是如此。

每个角落都人山人海的节日令加利西亚美食之丰富名副其实，为此我建议你参加其中某个节日。在这些节日中，以亲民的价格品尝到佳肴以及音乐伴奏是必定的。

7



河口

加利西亚的特征因其河口而很容易就能辨认出来，这些河口是深入陆地的海洋之舌，形成完美的平衡，其绝无仅有的水是养殖最好的海鲜贝类和鱼类之所。

1650公里的海岸线上，十六个河口坐落着700座细沙滩，邀人来休憩、浸浴、运动或航行。

这些河口被菲斯特拉岬角 (Cabo Fisterra) 分为上河口 (Rías Altas) 和下河口 (Rías Baixas)，分别对应于加利西亚自治区的北部和南部，前者以壮观的峭壁景观而突出，南方温和的气候则令后者成为夏季度假期间十分抢手的目的地。

里瓦德欧 (Ribadeo) 河口是最东边的一个，将加利西亚和阿斯图里亚斯连通起来。其富饶的湿地赋予了多样化的动物群落的存在。此外，卢戈的海岸线 (Mariña lucense) 也拥有佛斯 (Foz) 和比维依若 (Viveiro) 河口。

阿科鲁尼亚 (A Coruña) 是拥有河口最多的省份，一共有十一个，其中几个由摄人心魄的岬角守望着，如艾斯塔卡德巴瑞斯 (Estaca de Bares) 或奥尔泰伽尔 (Ortegal)，位于奥巴尔凯若 (O Barqueiro) 和奥尔提盖拉 (Ortigueira) 河口的尽头。

费罗尔 (Ferrol)、阿雷斯 (Ares)、贝坦索斯 (Betanzos) 和阿科鲁尼亚 (A Coruña) 河口坐落在阿尔塔布若湾 (Golfo Ártabro) 的庇护之下，布满细沙滩，还有平静的海水，是举家享受和进行水上运动如帆船或冲浪的理想之处。



Ría de Vigo (维哥河口)。

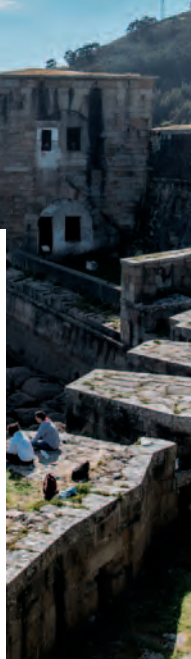


Castillo de San Felipe, Ferrol

科尔梅 (Corme) 和拉谢 (Laxe)、卡玛利尼亚斯 (Camariñas) 和科尔古比雍 (Corcubión) 坐落在死亡海岸 (Costa da Morte)，其极具冲击力的海滨景色似乎是冬季风暴期间不停拍击其峭壁的大西洋的力量雕刻而成的一样。

下河口 (Rías Baixas) 以温和的气候和作为希望享受生活品质者孜孜以求的避暑胜地而脱颖而出。穆若斯 (Muros) 和诺亚 (Noia) 河口的沙滩一定会令你惊喜。

在阿若乌萨 (Arousa) 你将碰到众多的海鲜贝类滩，主要将看到妇女们在劳动着，而维哥 (Vigo) 河口则以漂浮在水中的成百上千个台架为特点，你还可以前往大西洋岛屿国家公园 (Parque Nacional de las Islas Atlánticas) 并倾听关于满载黄金长眠在其海底的大帆船的传说。





Parque Arqueolóxico da Arte Rupestre de Campo Lameiro
(坎波拉梅依若岩刻艺术考古公园)。



Cruceiro en Combarro(贡巴若十字碑)。Poio(波耀)。



Dolmen de Axeitos (阿仙伊多斯墓石牌坊)。Ribeira (里维依拉)。

岩刻、墓石牌坊和石寨

石质遗存从前罗马时期流传到如今，讲述着远古的故事，有保守着自身含义之奥秘的岩刻，有震慑人心的巨石建筑以及位于高处或海边但始终是易守难攻之处的有城垣围绕的村寨。

探访坎波拉梅依若岩刻艺术考古公园 (Parque Arqueolóxico da Arte Rupestre de Campo Lameiro) 能让你博览 80 处岩刻这一全欧洲最大的集群。全加利西亚都有这种岩刻艺术的优秀范例，尽管岩刻所表现的形象 (螺旋、圆形、迷宫、几何图案) 的含义目前仍然隐藏着。

你知道传说用巨大的石条建造的墓石牌坊下面埋藏着宝藏吗？

尽管此说并未能得到证实，这些旧石器时代的建筑与墓葬和丧葬仪式有关。东巴泰墓石牌坊 (Dolmen de Dom-bate) 是最壮观者之一，整合在一个博物馆化的空间之中，以其巨大的体量吸引你的注意力。

当罗马殖民伊比利亚半岛时发现在如今加利西亚所占的地区人们生活在石寨中。这些石寨总是设有防御工事，一般都位于高处以便防守和瞭望，但也有人认为选址在高处能便于和冥界接触。斯塔泰格拉 (Santa Tegra)、圣希布拉奥德拉斯 (San Cibrao de Las)、维拉冬伽 (Viladonga) 或巴若尼亚 (Baroña) 的石寨以保存良好而出类拔萃。



Horreo en Combarro (贡巴若高脚粮仓)。Poio(波耀)



Castro de Baroña(巴若尼亚石寨)。Porto do Son(松港)。



Pazo de Oca (奥卡府宅)。A Estrada (阿埃斯特拉达)。

高脚粮仓、府宅和十字碑

花岗岩石料加工助力了我们民族风貌的形成，无论是农民还是海员的劳作。石匠们从多个世纪前起就加工着石材，用来建造矗立在路边的数千座十字碑和最威严的府宅的厚墙以及贮藏最宝贵的收成的高脚粮仓。

没有两座高脚粮仓是一样的，看一下卡尔诺塔 (Carnota)、贡巴若 (Combarro) 或比奥尔内多 (Piornedo) 的粮仓你就能看到花样有多少了。这些用于贮藏收成的建筑物架在支柱上，由它们支撑着通风的木造或石造仓房。

带有明显乡野之风的府宅即乡绅门第的大宅是十七和十九世纪之间用石材建成，总是有优美的花园所围绕，园中常见五大洲植物物种，尤以山茶为最

马利尼央 (Mariñán)、奥卡 (Oca)、圣克鲁斯德利巴度亚 (Ribadulla) 或者费非尼央斯 (Fefiñáns) 的府宅是存在于全境的恢弘范例中的一些。

行走于加利西亚时不遇到数十座十字碑是不可能的，因为目前统计到的有12000座。它们是矗立在道旁或教堂和墓地附近的石质十字架，是民间信仰的体现，目的是保护旅行者。

请别犹豫去参观十四世纪的梅利德 (Melide) 十字碑或建于十九世纪的奥伊奥 (O Hío) 十字碑，它们均以壮观而见长，其上刻录了多个圣经场面。



体验加利西亚的十个
故事





体验加利西亚的十个故事

加利西亚唤醒你的感官。嗅闻它的森林，倾听它澎湃的大海，品尝它的美食，用手感觉千年石头的粗糙，观察它多样的动物群落，这些都是这片拥有丰富的自然和文物的土地所能带给你的一些选择。

加利西亚是要亲历的，是要你来按自己的喜好平心静气享受的。为此我们给你提出可在数天中尽享的多达七十种体验。在游历加利西亚的同时，你将感受到一系列全都体现在森林中的多种多样的绿色。奥斯安卡雷斯 (Os Ancares) 的绿色、佛拉嘎斯杜埃乌梅 (Fragas do Eume) 或者郭尔泰噶达 (Cortegada) 等岛屿的绿色将给你留下深刻的印象。

数不胜数的河流、小溪和温泉是这种绿色的缔造者，正因如此加利西亚被称为千河之地。我们邀请你来享受它们，但也不要忘了海水。加利西亚被大西洋所包围，很多海滩基本上是原生态的，拥有细腻金色沙滩，是休息或开展水上运动的理想所在。

若想恢复体力，没有什么比游历死亡海岸 (Costa da Morte) 或下河口 (Rías Baixas) 的渔村更好的了，那里可以看到以海为生的男女们在工作，还能品尝到最新鲜美味的渔产和海鲜。

你早已知道这是片神奇的大地，因此请你别错过它的各个世俗和宗教相掺杂的圣所，还有石壁艺术宝藏、石寨或者在围绕着威严的乡间府宅的茶花烂漫的花园间好好散个步。



圣地亚哥之路 Camino de Santiago (1)



人类遗产圣地亚哥之路是伊比利亚半岛和欧洲之间的朝圣和文化交流之路，是最具国际传统的朝圣之路。

圣地亚哥德孔波斯特拉 Santiago de Compostela (2)



这座加利西亚的首府是每年成千上万完成圣地亚哥之路的朝圣者的目的地。其主座教堂和历史建筑群被宣布为人类遗产。

圣塔泰格拉 Santa Tegra (3)

从前罗马时期的石寨村落高处可以享受到加利西亚和葡萄牙之间边境的最佳视野，米尼奥 (Miño) 河在那里奔入大西洋的浩瀚之中。

赫拉克勒斯塔 Torre de Hércules (4)



传说赫拉克勒斯战胜了巨人吉里昂 (Gerión) 并把他的头埋在了日后建起灯塔之处，目前是唯一一座起源于罗马时期且尚在工作的灯塔。

菲斯特拉岬角 Cabo Fisterra (5)

古时已知世界的尽头和膜拜太阳之处，朝圣者们在探访了圣地亚哥德孔波斯特拉之后来到这片位于原生态的大西洋畔无可比拟的所在。

锡耶斯岛 Islas Cíes (6)

被《卫报》称为世界上最美海滩的若达斯 (Rodas) 海滩位于天堂般的锡耶斯岛上，是珍贵的大西洋岛屿国家公园的组成部分。

启蒙运动的费罗尔 Ferrol de la Instrucción (7)

作为一个渔村诞生的费罗尔 (Ferrol) 从十六世纪起不断增长，直至在十八世纪成为欧洲最大的海军基地和服务于西班牙皇家海军 (Armada Real) 的港口。

塞拉达卡贝拉达 Serra da Capelada (8)

这是欧洲大陆最高的悬崖，海拔600多米。悬崖上生活着野马，还坐着人气旺盛的圣安德雷德泰希多 (Santo André de Teixido) 圣所。

里维伊拉萨克拉 Ribeira Sacra (9)

布满葡萄园和绝美的罗曼式建筑的山坡向锡尔 (Sil) 河和米尼奥 (Miño) 河陡峭地延伸下去，营造出令人难以抗拒的美。

卢戈城墙 Muralla de Lugo (10)



漫步在保存得最好的罗马城墙上可以看到由主教座堂主宰着的卢戈历史城区，但传说城墙是为了守护一片神圣树林而修建起来的。



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

25



加利西亚森林

加利西亚森林以之为特征的无尽的绿色系和晨雾以及穿行林间的河流的潺潺水声营造出平静又神秘的氛围，令你想迷失其中。

奥斯安卡雷斯

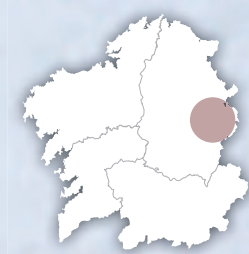
和奥科乌雷尔 (O Courel) 一样，奥斯安卡雷斯 (Os Ancares) 是加利西亚最大的动植物保护地之一。穿过这些山脉的徒步路线有数条，山间栖息着狐狸、野猪、狼、麂、山鸡，甚至还有熊。我们建议你先探访自然课堂以在开始游览之前获得更确切的信息。

山区特有的巴耀萨 (palloza) 房子屋顶是秸秆制的，以让积雪滑落而不至被压垮，可以在比奥尔内多 (Piornedo) 等村子看到。这些是罗马时代之前的建筑，直到没多少年前还有人居住。这些地方你将会看到的植物中有本地橡木林，还有圣诞树，其红色果实在冬雪之中分外抢眼。

游览位于卢戈巴雷伊拉 (Baleira) 市的佛拉噶达马荣达 (Fraga da Marronda)，每个季节的体验因为风景变幻无穷的色调而迥异。

在标示完备的路上你会看到桥梁、水车或粮仓，粮仓是以本地建筑形式修筑而成的。你还能看到埃奥 (Eo) 河的诞生地，此河在穿过这片百年森林之后汇入坎塔布里亚海。

在这片由加利西亚土物种构成的茂密森林中，你能辨别出橡树、杉树、栗树、圣栎树、榛子树以及典型的圣诞树。



Aldea de Piornedo(比奥尔内多村)。Cervantes(塞万提斯)。

继续行进在这个高山区域，你会碰到克如苏尔 (Cruzul) 圣栎树林，这是加利西亚的一个特例，因为这一树种生长在较干燥的气候中。此外，传说巫婆们生活在树林中。你敢深入其中一探究竟吗？

这片树林位于贝塞雷亚 (Becerreá) 市，其特点是浓密，苔藓和地衣拥抱着树干，是当地污染轻微的见证。

你将在阿斯诺噶伊斯 (As Nogais) 的索托德阿古艾伊拉 (Souto de Agüeira) 看到的百年栗树，千百年来当地居民认为其具有治疗效能，因为能用来制作偏方，而其栗子也是美食珍品。

探访这里的理想时节是秋季，那时你会在地上看到遍地开壳的“刺猬”，露出可口又多肉的果实。



德维萨达若盖伊拉

德维萨达若盖伊拉 (Devesa da Rogueira) 位于奥科乌瑞尔 (O Courel) 的伏尔果索 (Folgosos), 拥有如此多样的植物物种, 令漫步其中成为一种对植物学和徒步爱好者而言很有意思的体验。

全加利西亚最高的植物多样性就在这片土地之上, 使之成为对很多人来说该地区最美丽的树林。

绿色色系无穷无尽, 因为榉树、花楸果树、枫树、栗树、橡树及浆果紫杉助这些谷地和山峰施展出一场感官盛宴。

设有标识的徒步者路线长达几乎九公里, 难度为中等。上路之前你可以在塞奥阿内多科乌瑞尔 (Seoane do Courel) 的莫雷达自然课堂 (Aula da Natureza de Moreda) 获取信息。

这一探险的最大补偿之一是到达佛尔米盖依若斯峰 (Pico Formigueiros), 此前先经过一个冰川湖, 从那里你将看到无与伦比的风光。







佛拉嘎斯杜埃乌梅

佛拉嘎斯杜埃乌梅 (Fragas do Eume) 被评为代表性的大西洋树林,享有自然公园的保护级别。通过其路线你可以发现大量的本地植物物种,包括从第三纪起就长居此地的蕨类和地衣。

这片树林面积9000多公顷,基本上保存了原始状态,林中几乎无人居住。

贝坦索斯 (Betanzos) 和阿雷斯 (Ares) 上河口毗邻这片价值无可估量的树林,是它们赋予了全年温和的气候。

埃乌梅 (Eume) 河和其一条支流灌溉着这一遍布瀑布的谷地,绵延不绝地流淌,打破了树林的沉寂,你可以行走在其某条有标识的路上来探索。

如果你注意地面,你会看到狼的印迹,但它们躲避人类的行为使你很难能看到其出现。

在最壮观之处矗立着卡阿维依若修道院 (Monasterio de Caaveiro),它建于十二世纪,用于接纳居住在当地的隐修士。在那里你将能对这些最初的居民所享受的精神上的隐退和绝对的安静管窥一斑。河流和崎岖林地的全景无与伦比。

在离崎岖林地很近但在其之外的地方,你可以看到另一个建筑瑰宝:圣马利亚德蒙费若修道院 (Monasterio de Santa María de Monfero),位于兰布瑞 (Lambre) 河流经的小河谷内。



Puente Medieval sobre el río Sesín (塞辛河上的中世纪桥)。



以花岗岩和页岩以棋盘形装潢的外立面会令你吃惊，修道院内保存的精心制作的安德拉德 (Andrade) 家族棺椁亦是如此，该家族统治该区域数个世纪，成为最有势力的家族之一。

在很近的阿然伽 (Aranga) 市有该地区的另一个天然瑰宝佛拉噶达斯卡尔布达斯 (Fraga das Barbudas)，那里瀑布遍地，其中一些高达二十米，还有会令你印象深刻的各类植物

狐狸、野猪、山羊以及麂栖息在这些被坎巴斯 (Cambás) 和曼黛奥 (Mandeo) 河灌溉的地方，这两条河汇入附近的海洋。

路上你将看到巴瑞依若斯 (Barreiros) 小水电站以及草甸和农庄环绕着的奥科乌塞 (O Couce) 村，构成了一幅典型的加利西亚农村图景。



科尔特噶达 (Cortegada) 岛

科尔特噶达 (Cortegada) 岛位于阿若乌萨 (Arousa) 河口, 和昂斯 (Ons)、锡耶斯 (Cíes) 和萨尔沃拉 (Sálvora) 一起组成了大西洋岛屿国家公园 (Parque Nacional das Illas Atlánticas)。由于其保护区性质, 若要进入你应该先咨询送你上岛的班船的时间。

全世界的植物学家都造访此岛, 覆盖其上的月桂树林令人惊讶, 使之成为名副其实的天然瑰宝。烹煮海鲜时常加入一把这种树的叶子来提味。下船后请前往游客问讯点, 那里会指示出两条有标识的路线, 都很容易走完。

第一条路线环岛一周, 第二条环岛半周, 然后从中间穿过月桂树林。两条路线都从奇迹圣母隐修院 (ermita de la Virgen de los Milagros) 旁出发, 从十七世纪起朝圣者们因为其治病效能而前来参拜。

岛屿的海岸线密布平静孤寂的海滩, 可供休息、漫步或在其洁净的水中洗个清凉的澡。







神奇的圣所

加利西亚是一片信仰和迷信之地，在这里你将发现独一无二的领地和可从神堂看到的壮观景象，这些殿宇从数个世纪前就把源于世俗的传统和基督教的仪式糅合在了一起。

三个愿望之旅

旅程将从阿科鲁尼亚的费罗尔 (Ferrol) 开始，把你带往卢戈的比维依若 (Viveiro)。这一行程可让你了解位于最北方的海岸，那里陡峭的悬崖为摄人心魄的大西洋所拍击。

迷信和传说是这片土地的传统的重要组成部分。与精神上的信仰相关联的很多自然元素所谓的康复能力把世俗和宗教混合在了一起。很多善男信女每年前来这三座圣所还愿、向圣人祈愿或者观赏圣所所在的景致。

在费罗尔 (Ferrol)，我们提议你去阿马达勒纳街区 (Barrio de A Madalena) 漫步，从那里去欣赏一座工业和海洋城市的过去，该城在启蒙时代因军事综合体的建造而经历了辉煌。

第一个要参观的圣所是恰莫若隐修院 (Ermita de Chamorro)。其名字来自水手们对院内供着的圣母雕像的崇拜，因为面对海难的危险时他们就喊道：夏莫若！（我要死了！），等待神来救助。你可以在他们的守护神前许下你的第一个愿望。

沿着海岸线继续前行你将遇到科瓦斯 (Covas)、瓦尔多维尼奥 (Valdoviño)、班庭 (Pantín) 和比拉茹贝 (Vilarrube) 等海滩，是在任何季节漫步的理想之地，已成为冲浪爱好者的最爱。

关于圣安德雷德泰伊西多 (Santo André de Teixido) 传说人若生前不去一次，死后必去三次。朝圣者们行走达五十公里穿越原生态海滩和高得令人敛息的悬崖峭壁来到这个圣所。和这位圣人相关联的仪式丰富多彩。在十八世纪的教堂中请别忘了许愿。



Sanandreses (圣安德烈塞斯)
Santo Andrés de Teixido (圣安德雷德泰伊西多)。



Serra da Capelada (塞拉达卡佩拉达)。

在前往塞拉达卡佩拉达 (Serra da Capelada) 山中的塞黛依拉 (Cedeira) 的路上,你可以从欧洲最高的悬崖上观赏到大西洋。远眺日落是一幅难忘的场面。在邻近的村庄中你可以品尝美美的一份蛭子或者龟足。

你知道哪里可以看到世界上最壮丽的景象之一吗?从位于洛伊巴 (Loiba)悬崖上的长凳上。请坐下、呼吸、感觉拂面的清风并享受观赏河口和其尽头的奥尔特噶尔 (Ortega) 及艾斯塔卡德巴雷斯 (Estaca de Bares) 岬角之乐。

第三个愿望你可以在比维依 (Viveiro) 圣母感孕会修道院 (Convento de las Concepcionistas) 的卢德斯圣母 (Virgen de Lourdes) 洞前许下。



圣所和葡萄园

这条推荐的路线从奥伦赛的艾斯果司 (Esgos) 开始，至奥波罗 (O Bolo) 结束，后者也位于同一省内。

这些崎岖的山是古时居住在此的隐士和山僧的理想之地。作为历史见证的建筑遗迹在其地形中星罗棋布，生活在此静静地流淌。

你的第一个目的地是见识圣贝德若德罗卡斯 (San Pedro de Rocas)。位于里维伊拉萨克拉 (Ribeira Sacra) 这片古老葡萄园之乡的中心，正是在这座修道院里基督教在加利西亚开始了发展。在其内部存有全欧洲已知罗曼式时期唯一的一幅世界地图残迹，也被称为修士世界地图。

其源于六世纪的修道院、其从岩石中开凿出的三个小圣堂及其人形坟墓将把你带往过去的时光，你将感受到曾居住在这个僻远之处的人们的寂寥。附近你会碰到一处泉源，喷涌出的水被认为具有除疣和减轻皱纹的功效。

在建筑物旁的里维伊拉萨克拉讲解中心中你将了解到该地区的古老传统和手工艺，还能了解该地区所产的葡萄酒。

离那里很近的地方有一座圣马利亚蒙特德拉莫修道院 (Monasterio de Santa María de Montederramo)。传说将其于十二世纪建立起来的原委归于一名僧侣和两头鹿。这名僧侣的石像守护着修道院的入口。

游行回廊和宿客回廊是建筑群中的瑰宝。继续前行你将到达卡斯特罗卡尔德拉斯 (Castro Caldeas)，奥斯瑞梅





迪奥斯圣所 (Santuario de Os Remedios) 就在此处，内设一座有趣的神圣艺术博物馆。一座建于600多年前的壮观的城堡矗立在镇子高处。城堡内有一个再现当时生活的民族学中心可以参观。

比贝 (Bibei) 河上的罗马桥建于图拉真皇帝时期，拉平了23米的高差，在前往阿波布拉德特利维斯 (A Pobra de Trives) 的路上欢迎你。

到了奥波罗 (O Bolo)，你就能到艾尔米达斯圣所 (Santuario das Ermidas) 了。传说几个牧童在一个洞中发现了圣母像。这座正立面年代为十八世纪的壮观建筑是从岩石中开挖出来的。圣周期间会举行很热闹的重走耶稣赴难路仪式。

布满设在梯田上的葡萄园的景观是巴尔德奥拉斯 (Valdeorras) 通往奥巴尔科 (O Barco) 沿路地带的主角，离后者不远处你会找到夏果阿萨 (Xagoaza) 这个地方，圣米格尔 (San Miguel) 教堂和修道院就坐落在这里。

前者为罗曼式起源，还保留着十六世纪的壁画，后者则晚两个世纪，即十八世纪。

后者的地面层有一个酒窖，你可以参加品酒并观赏其上层以木制廊道封闭的美妙回廊。



隐藏的财富

在加利西亚，我们鼓励你去探访的角落有很多。这是一片显而易见的乡土之地，你只要游历各村镇就能看到教堂、修道院、岩刻、高脚粮仓、府宅和磨坊，它们作为名副其实的隐匿珍宝呈现在你面前。

奥伦赛 (Ourense): 魅惑之石

你的旅程将从阿梅尔卡 (A Merca) 开始，那里能看到全国最大的高脚粮仓集群。这34个粮仓用于储存农产品，都具有同样的形态：石质基部、木制仓房、瓦顶。它们朝向一致，造就了一处十分独特的民族景观群。

前往塞拉诺瓦 (Celanova) 的路上你将来到比拉诺瓦多斯因凡特斯 (Vilanova dos Infantes)，这是一座中世纪小镇，有石铺街道，传统的绅宦宅邸鳞次栉比。高处矗立着一座城堡的塔楼，还保存有一座罗曼式教堂。

教堂和圣萨尔瓦多修道院 (Monasterio de San Salvador) 摄人心魄的外立面把你迎往塞拉诺瓦 (Celanova) 的大广场。很近之处你可以参观圣米格尔 (San Miguel) 莫萨拉伯式小圣堂，风格独一无二，其形体之小也将引起你的注意。

继续向南，你就来到了班德 (Bande)，此地突出的是七世纪的圣孔巴 (Santa Comba) 西哥特教堂。旁边是波西尼奥多斯纳摩拉多斯 (Pociño dos Namorados) 泉，传说其水能增进爱情。

圣萨尔瓦多德马宁 (San Salvador de Manín) 巴洛克式教堂位于洛比奥斯 (Lobios)，曾两次被逐块石头地搬迁过，一次是十八世纪，另一次是二十世纪。附近的木易尼奥斯 (Muíños) 市境内有阿斯茅斯德萨拉斯 (As Maus de Salas) 遗存，拥有数座巨石墓葬或称墓碑牌坊。

漫步于阿亚利斯 (Allariz)，你将穿越到中世纪时代。木石建造的屋宇主宰着一处最令人思绪翩跹的历史城区。请顺便在某个能看到阿尔诺亚 (Arnoia) 河景色的餐厅中吃点东西。

在马塞达 (Maceda) 市内，加利西亚最令人印象深刻的城堡之一等待着，它是中世纪历次入侵的见证者。





Puente de Vilanova (比拉诺瓦桥)。Allariz (阿亚利斯)。



Conjunto de hórreos (高脚粮仓群)。A Merca (阿梅尔卡)



石寨、磨坊和悔罪服

这一路线自图伊 (Tui) 始, 至蒙达利斯浴场 (Mondariz-Balneario) 终, 这两个城市均属于蓬特韦德拉 (Pontevedra) 省。

以其宛如要塞的主座教堂和中世纪特色的街道而闻名的图伊 (Tui) 拥有一片当年甚为突出的犹太街区的遗迹。在其老城区内漫游可将你带往别的年代, 同时可以在小吃店和客栈中享受最地道的美食以恢复体力, 包括在米尼奥 (Miño) 河中捕得的鳗鱼。

在此地的教区博物馆中, 你会看到西班牙保存的唯一一批悔罪服收藏。悔罪服是一种巨型披肩, 用来羞辱被宗教裁判所判决之人, 罪人被迫穿着这些衣物和点燃的大蜡烛赤足行走。这种公开的侮辱是为了儆尤社会上其他人。

在去多米尼奥 (Tomíño) 的路上你将碰到位于米尼奥河邻近出海口那一段河畔的郭阳要塞 (Fortaleza de Goián)。这是一系列源于十七世纪的防御性建筑, 矗立在河两岸。

在去阿瓜尔达 (A Guarda) 的路上你将遇上奥佛龙 (O Folón) 和奥比贡 (O Picón) 磨坊群, 分别建立于十七和十八世纪。为了利用好下行的水势呈阶梯状布置, 目前可在现存的67座之间漫步。

位于阿瓜尔达 (A Guarda) 的圣塔泰格拉石寨 (Castro de Santa Tegra) 是全加利西亚保存最完好者之一。请上到山顶, 你将会看到米尼奥河入海口无与伦比的景色。除了发掘出的显示其居民如何生活的遗迹之外, 还可



以看到房子的不同类型和数处岩刻。

米尼奥河入海口潮掩区位于阿瓜尔达 (A Guarda) 和奥若萨尔 (O Rosal) 市境内,是一片面积和生态价值均极大的湿地,可从石寨的峰顶清楚地看到。在这些地方的餐厅中你可以品尝特色食品如龙虾等来恢复体力。

继续赶路,你将经过奥亚修道院 (Monasterio de Oia),其主立面朝向大海。到了巴约那 (Baiona) 之后,请在老城区漫步并一直走到平塔 (Pinta) 号三桅帆船的复制品那里。原始于1493年抵达这座港口,告知了发现美洲的消息。最后,若要得到令人焕然一新的休整,蒙达利斯 (Mondariz) 浴场将会是最好的奖赏。



灯塔和原生海滩

拜一千六百公里的海岸线之赐，加利西亚是海滩和大海之乡。大西洋无休无止地汹涌拍击着海岸，造就了位于具有无与伦比之美之处的金色沙滩和峭壁悬崖。

世界尽头的灯塔和海滩

我们提议你游览加利西亚海岸线中大西洋波涛最猛烈的弧形部分。旅行从马尔比伽德贝尔干第尼奥斯（Malpica de Bergantiños）开始，至菲斯特拉（Fisterra）结束。

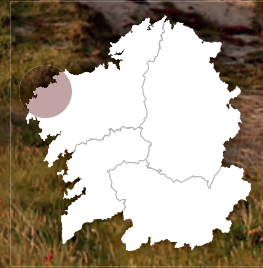
这一位于阿科鲁尼亚省的地带被称为死亡海岸（Costa da Morte），该名称取自其峭壁前发生过的灾祸和海难。冬季海上风暴频仍，给航行带来很大的困难。

在马尔比伽德贝尔干第尼奥斯你会证实灯塔对于在极端条件下指引水手是何等至关重要，其中最突出者之一纳里伽（Nariga）角灯塔的结构令人联想起一艘船。据说从容谷多（Roncudo）岬角采来的龟足是世上最鲜美的，正因如此其在市场和餐厅里甚为抢手。从陆地上你可以远眺被宣布为鸟类特别保护区的希萨尔嘎斯（Sisargas）岛。

在前往卡玛利尼亚斯（Camariñas）的路上，拉榭（Laxe）市境内的索埃斯多（Soesto）和特拉巴（Traba）海滩是你必停之地。漫步于其沙质纤细的沙滩上将令你活力焕发，而强风劲浪则会让你感受到大西洋的威力。

卡玛利尼亚斯是一座渔村，附近有比兰岬角（Cabo Vilán）。其灯塔矗立在海平面百米之上，是西班牙海岸线第一座用电运行的灯塔。在海难博物馆（Cabo Vilán）里你将见识到这个地方的美丽，和其对航行的极端危险性融为一体，因为在这一段海岸线统计到的有150起海难。

英国人墓地（Cementerio de los Ingleses）是大洋对待这片土地之严酷的见证，埋葬着沉没于十九世纪的军舰



Faro de Cabo Vilán (比兰岬角灯塔)。

HMS Serpent 号的172名舰员。周围的海滩是原生状态,在其沙滩之中,和锡耶斯岛的沙滩一样,生长着“卡玛利尼亚”这种本地灌木,小镇的名字就源于此。

西班牙在半岛上的最西点是多乌里尼央岬角 (Cabo Touriñán), 旁边是美丽的内米尼亚 (Nemiña) 海滩。不远处你能从法乔山 (Monte Facho) 眺望到穆西亚 (Muxía) 一地。

当你抵达费斯特拉 (Fisterra) 之时,你就到了罗马人心中已知世界的尽头。很多朝圣者将圣地亚哥之路在此终结。请享受一下在总是寂寥的若斯特若 (Rostro) 或马尔得佛拉 (Mar de Fóra) 滩漫步的感觉。从相邻的某个悬崖之上享受日落是必不可少的。



Rinlo (陵洛)。Ribadeo (里瓦戴奥)。



海上大教堂

从里瓦德欧 (Ribadeo) 镇出发, 你将见识到卢戈海岸线的东端, 直至抵达比维依若 (Viveiro)。

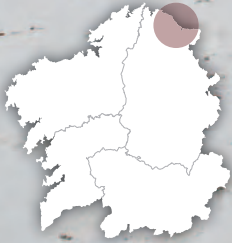
里瓦德欧 (Ribadeo) 位于卢戈的马力尼亚 (Mariña) 地区, 其海岸线和美人鱼及水手的传说息息相关。这个城镇的老城区拥有大量归侨宅邸建筑。游完之后你可以漫步走向潘恰 (Pancha) 岛, 此岛有两座有趣的涂刷成蓝白两色的灯塔, 较矮的一座是十九世纪末的, 另一座是1987年的。

离里瓦德欧很近的渔村陵洛 (Rinlo) 是必停之地, 以其渔港和餐厅中用新捕获的海鲜烹制的著名的米饭而闻名。恢复体力之后你可以漫步至奥斯卡斯特罗斯 (Os Castros) 海滩并穿过一条天然隧道抵达海边。

阿斯卡泰德拉伊斯 (As Catedrais) 海滩就在近处。夏季和圣周期间最好先咨询好参观此处所必需的许可以及潮水的情况。如果是低潮, 你可以行走在石拱券之间, 是千百年来大海之力将其造就而成, 把这些嶙峋怪石变成了三十多米高的穹窿和供你探索的岩洞。如果你想从一个视野较高之处来欣赏这一自然奇观, 只须探头出峭壁即可。继续行程你将来到贝伊萨斯 (Peizás) 海滩和法索乌若 (Fazouro) 石寨。

加利西亚最著名的陶瓷是萨尔伽黛罗斯 (Sargadelos) 的, 其同名工厂的业务始于十九世纪。请不妨来了解一下这些带有独具一格的色彩和标志性蓝色的作品是怎么制作出来的。你可以带件瓷偶或餐具作为纪念。

圣锡伯拉奥 (San Cibrao) 岬角在不远处的赛尔沃 (Cervo) 市境内, 那里有一些小岛, 即“奥斯法拉雍斯 (Os Fara-



llóns)”，据说这些岛上生活着一条名叫阿玛茹夏伊娜 (A Maruxaina) 的美人鱼，她在风暴之日会吸引在附近航行的水手们的注意，但不知是为让他们发生海难呢还是帮助他们航行。

在塞雷依若 (Celeiro) 港的某家餐厅品尝一份可口的鳕鱼小吃之前，我们建议你参观肖维 (Xove) 的艾斯泰依若 (Esteiro) 海滩，设有绿地，是野餐的理想之所。

从法若山 (Monte Faro) 上看到的景色令人难以置信，因此请别犹豫前去一游，之后再游览比维依若 (Viveiro)，其老城区可以让人欣赏到源自中世纪的城市规划。该城的圣周被宣布为国际旅游景点。



圣地亚哥之路

作为欧洲最古老最有人气的朝圣路线，可以通过来自各地的穿越大陆和伊比利亚半岛的多条路径到达圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela)。走完这条路能改变走上此路并与其他探险者分享之人的生活。这一经历把精神、宗教和体育层面糅合在了一起，赋予旅行者以一种全部五种感官的全方位体验。



Plaza de Obradoiro (奥布拉多依若广场)。Santiago de Compostela (圣地亚哥德孔波斯特拉)



法国之路

这条朝圣路线从卢戈的奥塞布瑞依若 (O Cebreiro) 村开始，至孔波斯特拉主座教堂里盛有使徒雅各遗骸的函匣前为终点。

奥塞布瑞依若 (O Cebreiro) 位于奥斯安卡雷斯 (Os Ancares) 和奥科乌雷尔 (O Courel) 之间，此地你能看到加利西亚特有的巴耀萨 (palloza) 屋，房顶是秸秆制成的，以便冬季积雪滑落。其中一座内设民族学博物馆，可以了解这一地区人们千百年来直到没多少年前是怎么生活的。

这个镇子里还有圣玛丽阿雷亚尔 (Santa María A Real) 教堂，设有圣奇迹 (Santo Milagro) 小圣堂，保存着一个圣杯和一个圣餐碟，均系名副其实的罗曼式瑰宝。

前往萨默斯 (Samos) 途中你会经过利尼亚雷斯 (Liñares)、达孔戴萨医院 (Hospital da Condessa) 和阿尔托多波耀 (Alto do Poio)，三个地方都是风景胜地。在《加里斯都手本 (Códice Calixtino)》中被列为一个阶段终点的特里亚卡斯泰拉 (Triacastela)，你能找到为朝圣者提供的庇护所和住宿处。

在萨默斯 (Samos) 这个以奥利比奥 (Oribio) 和萨利亚 (Sarria) 河中捕得的鳟鱼为特色的地方，你可以参观希普雷斯 (Ciprés) 莫萨拉伯式小圣堂和圣徐里杨修道院 (Monasterio de San Xulián)。行走在其回廊和震撼人心的教堂中是一场名副其实的时间之旅。继续来到波尔多马琳 (Portomarín)，你将抵达萨利亚 (Sarria) 这一朝圣路上最为突出的地方之一。

从这个地方出来抵达圣地亚哥，朝圣者们就获得了“拉孔波斯特拉 (La Compostela)”这一证明走了路线中至少100





公里的文件。在巴尔巴戴罗 (Barbadelo) 村,你可以参观被宣布为国家文物的圣地亚哥 (Santiago) 罗曼式教堂。

波尔多马琳 (Portomarín) 就在附近,能看到贝雷萨尔 (Belesar) 水库的风景。这座水库的水淹没了原先的城镇,因此数座建筑被逐块石头地加以搬迁,包括圣尼古拉斯 (San Nicolás) 教堂。水位低时,你能看到老镇的废墟。请不妨品尝一下本地特产鳗鱼馅饼,并佐以扁桃仁饼和烧酒。

在巴拉斯德雷伊 (Palas de Rei) 突出的有比拉尔德多纳斯修道院 (Monasterio de Vilar de Donas),其教堂内部装潢有十四世纪的壁画。不出几公里外就是班布雷 (Pambre) 城堡,被视为加利西亚军事建筑的最佳范例,周围是长满本地植物的令人遐思还想的所在。

梅里德 (Melide) 村是必须一停以恢复体力的地方,此地以烹制就着黑麦面包品尝的节庆章鱼 (pulpo á feira),闻名,其蜜炸果子 (melindre) 也十分有名。接着就传统美食说开去,单凭奶油质的阿尔粟阿 (Arzúa) 奶酪就已是来此地一游的理由。

不远处就是圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela)。令人孜孜以求的终点以主教座堂内为朝圣者而设的正午12时弥撒为补偿,之后你可以拥抱主祭坛上的使徒胸像。

请借机看一下回廊、博物馆、存放着圣人遗骸的墓室以及圣门,此门只在7月25日使徒日与礼拜天重合的圣年打开。



经由白银之路

从贝林 (Verín) 行至圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela) ,你将了解为何这条路线被命名为白银之路 (Vía de la Plata) 或东南之路 (Camino del Sureste) 。

在贝林 (Verín) , 欢迎你的是蒙特雷伊 (Monterrei) 要塞, 其瞭望塔一枝独秀, 主宰着这座城镇以及塔梅伽 (Támega) 河谷。要塞位于一座卫城之巅, 从800年前起就守望着深入到葡萄牙的大地。

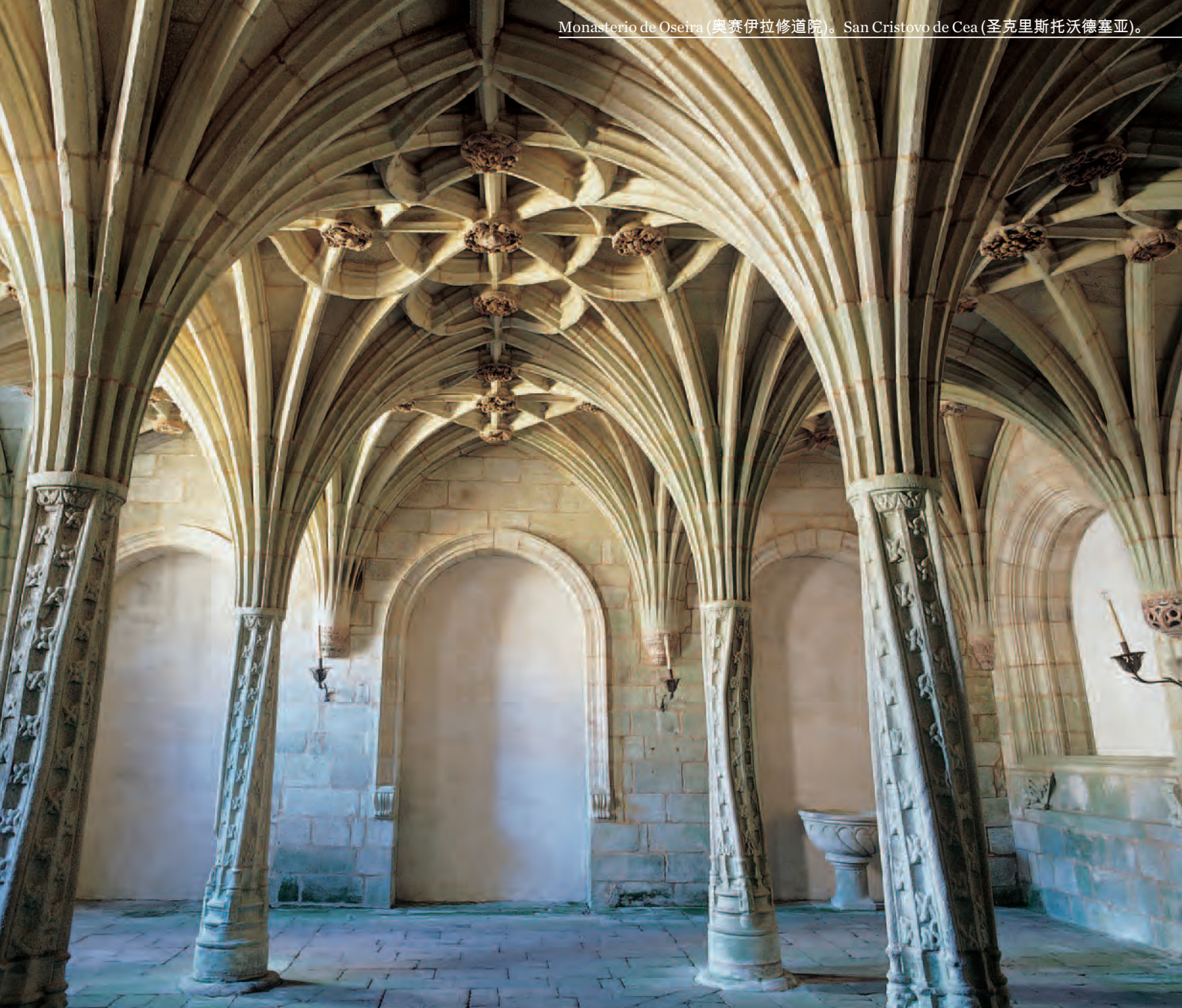
其三重城墙守护着绿井 (Pozo Verde) 等建筑, 该井和不忠及自杀的故事颇有渊源, 如残忍者贝德罗 (Pedro, El Cruel) 之妻的自戕。以本地葡萄酒相佐吃节庆章鱼、大西洋鳕和安德罗亚猪肉灌肠是本地特色。

继续前行你将来到阿乌伽斯桑塔司 (Augas Santas) , 离阿亚利斯 (Allariz) 十分近了。后者拥有加利西亚最值得推荐的老城区之一。漫步其中你可以品尝蜜炸果子或皇家糕饼等甜品, 以及用绵羊奶制成的雷肖乳酪 (Queixo do Rexo) 。

以加利西亚温泉之都著称的奥伦赛 (Ourense) 拥有一个重量级的历史城区, 其中突出的是其主座教堂, 拥有著名的圣基督 (Santo Cristo) 小圣堂。喷涌出67度的水的阿斯布尔伽斯 (As Burgas) 泉的存在与城市下方有一座休眠火山的传说联系在一起。

除了奥里维依若 (O Ribeiro) 葡萄酒之都的名号外, 里瓦达维亚 (Ribadavia) 还积淀了富有价值的历史艺术财富, 其中突出的有洛斯科德斯城堡 (Castillo de los Condes) , 是加利西亚最具代表性的要塞之一。





Allariz (阿亚利斯)。

一众葡萄酒馆甚有意味，可以品鉴当地的葡萄酒。此外请别忘了品尝一下古犹太街区售卖的甜品。

离里瓦达维亚十分近的地方有个拉雅思 (Laias) 浴场，游览完雷依若 (Leiro) 市境内圣克洛迪奥 (San Clodio) 地区的葡萄园后你可以在浴场中休憩一下。

塞阿 (Cea) 地方以制作全加利西亚闻名的面包而著称。你可以在品尝这种面包的时候配以不远处奥赛伊拉修道院 (Monasterio de Oseira) 的修士们以桉树叶为原料酿制的“桉卡丽普丁 (Eucaliptine)”利口酒。

该修道院以庞大的体量见长，值得迷失在其回廊、迎宾梯和气势恢宏的教堂之巨硕中，后者突出的是封闭主殿端头的、设有一系列小圣堂的半圆形后殿。在一侧你能找到教士会礼堂，上覆以螺旋纹柱子为支撑的交叉拱穹顶。

你将从蓬特多萨尔 (Ponte do Sar) 街进入加利西亚首府圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela)，这条街道能让你欣赏到同名的牧师会教堂，其倾斜的墙体以气势恢宏的扶垛为支撑，使之如此惹眼。

以主教座堂为主角的老城区仅数步之遥，穿过其狭窄的街道你就来到了壮观的奥奥布拉多依若广场 (O Obradoiro)。

请利用在此地的逗留顺便见识一下典型的市场 (Mercado de Abastos)，买一下手工艺品或者在某个小吃吧恢复一下体力。



泉源

作为全国第一的温泉目的地，加利西亚拥有三百多处泉源，其中很多拥有因富含矿物成分而具有极强治疗能力的水。

温泉水和奥里维依若葡萄酒

在奥伦赛的森耶 (Cenlle) 和圣阿玛若 (San Amaro) 地方游走能赋予你对这个拥有丰富的温泉水和葡萄园的地区一个清晰的概念。

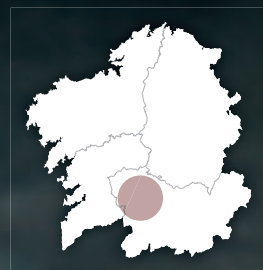
奥卡尔巴依尼奥 (O Carballiño) 和奥里维依若 (O Ribeiro) 是享有奥里维依若原产地命名的地区，在此命名的荫护之下酿制出加利西亚最美味的葡萄酒之一。除温泉水的开发利用外，葡萄种植和酿造是另一项突出的经济活动。

拉雅思 (Laias) 村是在好酒陪伴下品尝本地特产来恢复体力的理想之地。你可以投宿在农宅中或者酒店-浴场中，此地罗马时期曾从河中采金。

沿着加利西亚最长的米尼奥 (Miño) 河畔漫步是畅享从拉雅思 (Laias) 至巴尔班特斯-车站 (Barbantes-Estación) 之间自然风光的好选择。借接受按摩或者享受可看到卡斯特雷洛德米尼奥 (Castrelo de Miño) 水库景观的拉雅思浴场设施中的水来放松自己是为这一天锦上添花之上选。

塞阿 (Cea) 的面包、奥卡尔巴依尼奥 (O Carballiño) 的节日章鱼 (pulpo á feira)、奶油馅卷或者咖啡利口酒是在这一地区能令你大快朵颐的部分美饌佳肴。

在最后这个地方你会对安东尼奥·帕拉西奥斯 (Antonio Palacios) 设计的贝拉克鲁斯 (Veracruz) 神殿的建筑设计感到好奇。其历史循环论风格和不同艺术时期的装饰元素糅合在一起，和这位建筑师的其他例子一样成为一座十分独特的建筑



奥卡尔巴依尼奥 (O Carballiño) 也拥有一座重量级的浴场，多年前起人们就纷至沓来，寻找各类疾患的缓解之道或只是放松几个小时。

圣希布拉奥德拉斯 (San Cibrao de Las) 石寨是加利西亚最大者之一，人称“城市 (A Cidade)”，位于彭新 (Punxín) 和圣阿玛若 (San Amaro) 市之间。从二世纪至石寨文化末期一直有人居住，在这个建筑群中突出的是呈同心状的寨墙和为这处卫城供水的泉源或储水池。

建议参加一次在被本地葡萄园所围绕着的某个酒庄内的品酒会以感染到当地的精神，其最初的植株是由圣克罗迪奥 (San Clodio) 的西斯特尔教团修士种下的。这个起源于六世纪的修道院很快就变成了一个繁荣的农业点。如今它是一座充满魅力的酒店，其回廊以艺术品质脱颖而出。



奥叙雷斯公园 (Parque de O Xurés) 内的水和探险

路线在班德 (Bande) 和洛比奥斯 (Lobios) 之间展开,后面的这个温泉之地拥有一座以其疗效矿泉水的品质而突出的浴场。

游历开始后,你将见证本地还存有罗马时期的据点和道路,被其中能看到瀑布和野生动物如鹰、马和狼的茂密森林及绿色谷地所包围。

圣孔巴德班德 (Santa Comba de Bande) 教堂是一座古老修道院唯一还矗立着的建筑。年代为七世纪,尽管规模较小,但其前置一座门券的希腊十字平面布置对外显出一种效果主义的体量变幻。内部可以欣赏到壁画,表现有四福音书作者、天使传报和圣父在地球之上。

不远处是年代为一世纪的阿基思凯尔凯尼斯 (Aquis Querquennis) 罗马军营,就是从那里发起了连接阿斯托尔伽 (Astorga) 和布拉伽 (Braga) 的大道的修建。军营位于利米亚 (Limia) 河岸,涨水时就会消失在水下。除了考古遗迹之外,你还可以参观讲解中心,在那里你将学到关于其在罗马帝国之内的组织和功能方面的很多有趣的事情。

在洛比奥斯 (Lobios) 浴场你可以享受到以70多度冒出的含碳酸气的水。其泳池拥有塞拉多叙雷斯 (Serra



Balneario (浴场)。Lobios (洛比奥斯)。

do Xurés) 的山景且顺着河畔步道你可以行走至有温泉水的公共泳池。你还将发现磨坊、池塘和数个具有多种多样的蓝色的瀑布。

本地特色的是猎味和牛肉，因此建议你点菜时记得这些菜品。牛肉通常为本地特有牛种卡切那，特点是牛角巨大，自由在地生活在草原上。

在起点位于浴场中的郭尔伽达费恰之路 (Ruta da Corga da Fecha) 途中，你将穿越阿吉思奥立基尼斯 (Aquis Originis) 宅考古遗迹所在之处，那里你能看到一个厨房、浴池区和位于地下的取暖系统，这一系统也用在帝国浴室中。



漫步葡萄园间

加利西亚葡萄酒拥有五个原产地命名和百年传统的果实，受到全世界的赏识，参观葡萄酒生产之处将给你带来一种怡人的体验。

坎巴多斯 (Cambados) ，阿尔巴里尼奥 (Albariño) 之摇篮

坎巴多斯 (Cambados) 是这条路线的起点和终点，路上你将结识种植著名的阿尔巴里尼奥 (Albariño) 葡萄之地。

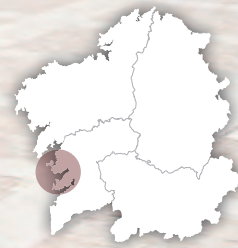
坎巴多斯 (Cambados) 是一处领主庄园，融宫殿建筑和海洋传统于一体。其酒庄奉上的利亚斯巴依夏斯原产地命名 (D. O. Rías Baixas) 的琼浆是本地渔品和海鲜贝类的完美伴侣。

卡尔萨达大道 (Paseo de la Calzada)、普林希佩 (Príncipe) 街和国家客栈 (Parador) 是你在该地观光时该走到的点，拜其温和的气候和无与伦比的美食之赐，一般夏月都会挤满游客。被宣布为国家旅游点和属西班牙最古老之列的阿尔巴里尼奥葡萄酒节 (Festa do Viño Albariño) 是加利西亚夏季不能错过的盛会，葡萄酒节上你可以参观本地酒庄设立起来推销其产品的摊位。

从该城海滨大道可以看到阿多夏 (A Toxa) 和阿若乌萨 (Arousa) 岛。在两座岛和海岸线之间你能看到大片用来养殖贻贝和牡蛎的台架，二者都是本地酒吧或餐厅中供应的地道美食。请记住加利西亚河口独一无二的特定自然条件使这里的海鲜无与伦比并得到了国际认可。

费菲尼央斯 (Fefiñáns) 府宅是加利西亚领主民用建筑的最佳代表之一。这座半城市性质的府宅位于圣贝尼托 (San Benito) 教堂旁，构成十六世纪开始建造的一处颇有意思的艺术建筑群之一。

主宰着其武器天井的是费菲尼央斯 (Fefiñáns) 子爵领地和菲格若阿 (Figueroa) 侯爵领地的盾徽。天井平面为“L”



形，向同名广场敞开，带垛堞的塔楼兀自突立。此外还设有一座本地最古老、年代为1904年的酒庄。你可以周游葡萄园部分或者漫步花园，那里突出的是本地树种以及百年锦熟黄杨。

在民族和葡萄酒博物馆（Museo Etnográfico e do Viño）你将见识到萨尔内斯（Salnés）地区，坎巴多斯（Cambados）就位于这里。附近有圣塔马力尼亚多索（Santa Mariña Dozo）教堂废墟，内有一座浪漫的墓地。

如果你穿过圣托美（San Tomé）渔民区，就会来到一座桥，通往菲格伊拉（Figueira）小岛，岛上可以参观建于中世纪的圣萨杜尔尼奥塔（torre de San Sadurniño）的废墟。



普列拉托德奥里维依若 (Priorato de O Ribeiro)

阿亚尔诺亚 (A Arnoia) 地区是推荐用来了解这一奥伦赛地方的区域。在奥里维依若原产地命名 (D. O. de A Arnoia) 之下, 阿亚尔诺亚 (O Ribeiro) 是加利西亚最具葡萄种植酿造传统的区域之一。

这个位于菲耶伊拉 (Fieira) 水库岸边的城市兼具葡萄酒生产和温泉, 因为拥有一个浴场, 其水含硫和氟, 以22度的温度涌出。从其露台上你可以看到围绕着米尼奥河岸的树林。乘坐双体船航行你会到达原来的郭尔泰噶达浴场, 现代主义建筑, 能让你穿越回上世纪30年代。

阿亚尔诺亚 (A Arnoia) 以其甜椒出名, 用多种多样的方式烹调: 带馅的、做成饼、油炸、烤以及炭烧。每年八月都会为这个食材举行一次节日。

在奥伦赛 (Ourense) 附近的帕索德卡萨诺瓦 (Pazo de Casanova), 你可以参观容纳这一十八世纪建筑的酒庄。这里种植着果黛瑶 (godello)、洛乌瑞拉 (loureira)、阿尔巴里尼奥 (albariño) 和特雷伊夏杜拉 (treixadura) 葡萄。

同时, 人们会给你讲解他们正埋头苦干的研究项目, 目的是促进当地葡萄酒的发展和演进。请你不要未品尝其葡萄酒和烧酒就离开。

在前往里瓦达维亚 (Ribadavia) 路上的雷依若 (Leiro) 市境内你将遇见葡萄园环绕的比尼亚美因 (Viña Meín) 酒庄。这座原用于生产葡萄酒的老宅现用作乡村游。



Ribadavia (里瓦达维亚)。



不远处是圣克罗迪奥修道院 (Monasterio de San Clodio)，被视为奥里维依若 (O Ribeiro) 的摇篮，因为其西斯特尔教团僧众是最先在这里种植葡萄的人。如今内设一座酒店，但可以免费进入其回廊并漫步于花园间。其教堂突出的有祭坛装饰屏和镶嵌式天花板。

携其参加者穿上古装的历史节 (Festa da Istoria)，里瓦达维亚 (Ribadavia) 镇会把你连同其犹太街区、城堡和宗教裁判所一起带回古时候。请不妨品尝一下其希伯来特色甜品并观看一场国际喜剧展 (Mostra Internacional de Teatro) 的演出。

在离开里瓦达维亚 (Ribadavia) 之前推荐参观圣谢斯德福朗塞洛斯 (San Xes de Francelos) 教堂。它被视为一座前罗曼式建筑范畴内的独一无二的建筑，年代为九世纪。其格板装潢会令你吃惊。



渔村游

如果你想了解海贝采集者和渔民们是怎么工作的，他们使用什么渔术和渔具，抑或水产交易市场如何运作，不要犹豫，请你前往某个渔村一探这个令人痴迷的世界。

渔村：穆若斯 (Muros)、菲斯特拉 (Fisterra) 和穆西亚 (Muxía)

死亡海岸 (Costa da Morte) 为你提供机会，了解靠海谋生的典型村镇的日常生活。它们都是渔村，如穆若斯 (Muros)、菲斯特拉 (Fisterra) 和穆西亚 (Muxía)，充满关于海难的传说和指示陡峭海岸的灯塔。

请不妨乘船在菲斯特拉岬角 (Cabo de Fisterra) 周围一游，古代人们认为世界终结于斯。今天有很多朝圣者在大洋面前结束自己的圣地亚哥之路。在其港口中你将能观察到女补网工们如何修补渔具。掌握这一精细的手艺至少需要五年时间。不在穆若斯 (Muros) 或穆西亚 (Muxía) 港口某个小餐馆中品尝一下从海中新鲜捕捞上来的美味珍馐是不可原谅的。

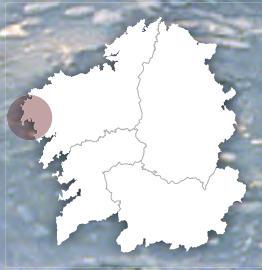
这是一片充满故事和沉船悲剧之地，在海岸线上的很多地方你都能看到悼念亡于大西洋中者的十字架。这个地区冬季的风暴严酷无情，海洋的汹涌澎湃给航行造成困难或使之无法进行，还令龟足采集者的工作更加危险，他们是玩命于礁石之间。

比兰岬角 (Cabo Vilán) 灯塔是加利西亚海岸最重要的灯塔之一，位于一片极美境地之中，从上可以眺望到令人难忘的日落景象，灯塔内设海难、灯塔和海上信号讲解中心 (Centro de Interpretación dos Naufraxios, Faros e Sinais Marítimos)。





Puerto de Muros (穆若斯港)。



Santuario de Nosa Señora da Barca (诺撒塞尼奥奥拉达巴尔卡圣所)。Muxía (穆西亚)。





Campo de golf(高尔夫球场)。Illa da Toxa (多夏岛)。
O Grove (奥格若维)。



“利亚斯巴依夏斯 (Rías Baixas)” 河口全解

河口 (Rías Baixas) 是很多加利西亚人首选的度夏之地。波依若 (Boiro)、里维依拉 (Ribeira)、马林 (Marín)、贡巴若 (Combarro) 及坎伽斯 (Cangas) 天赐温和的气候, 拥有阳光照耀下的宜人沙滩。对面是大西洋岛屿国家公园 (Parque Nacional das Illas Atlánticas), 你可以乘船前往游览其某个珍藏着隐秘的海滩、受保护动植物的岛屿。

你可以跟着好几组采贝女去阿若乌萨 (Arousa)、蓬特韦德拉 (Pontevedra) 或维哥 (Vigo) 河口走一走采贝之路。蛤蜊和鸟蛤从那里被采出并到交易市场去售卖。

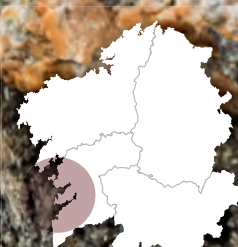
位于奥萨尔内斯谷地 (valle de O Salnés) 的坎巴多斯 (Cambados) 是加利西亚这一地区最有威严壮丽的城镇之一。

该镇子被出产利亚斯巴依夏斯原产地命名 (D. O. Rías Baixas) 葡萄酒的葡萄园所围绕, 漫步于其市区你能欣赏到气派的房子和气势恢宏的费菲尼央斯 (Fefiñáns) 府宅。

参观奥格若维 (O Grove) 的莫雷依拉腌渍坊 (Salazones de Moreiras) 你将学到很多关于捕鱼和海贝采集手艺的知识。养殖贻贝和其他软体动物的台架成为了河口风景之一部分。航行于河口之间你能看到人们是怎样在这些平台上工作的。

沿着海岸继续前行, 你将遇到贡巴若 (Combarro)。用于储存收成的传统奥瑞奥 (hórreo) 粮仓挡住了面向大海的一面, 后边则矗立起渔民们的房子。这两类建筑的花岗岩和木材搭配使用, 形成富有吸引力的城市局面。

不到几公里处是蓬特韦德拉 (Pontevedra), 拥有加利西亚最美丽的历史城区之一。请享受一下在其街道和小广场中惬意漫步, 但也不要错过欣赏省博物馆 (Museo Provincial) 藏品的机会, 该馆藏有一批加利西亚绘画的优秀表率。





山茶之路

山茶是威严府宅的花园里名副其实的主角。请你不妨在花季来一探究竟并验证这一体验如何变为一场真正的感官盛宴。

府宅和花园

要完成这一路线，你还要参观阿科鲁尼亚 (A Coruña) 省和蓬特韦德拉 (Pontevedra) 省下文详述的特定地点。在这条路线上你可以漫步、嗅闻和欣赏这些加利西亚传统花园的独特之处。

全年加利西亚各地都举办各种展览和竞赛，展品的品质和种类引来了国际层面的收藏爱好者和专家的注意力。

旅程从位于阿科鲁尼亚省贝尔贡多 (Bergondo) 的帕索德马力尼央府宅 (Pazo de Mariñán) 开始。该建筑处在一座位于曼黛奥 (Mandeo) 河畔的大庄园中。带有几何形苗圃的法式花园由锦熟黄杨和悬铃木林荫道组成，此外还有杜鹃花、常春藤、玫瑰、各品种的百年桉叶树，当然还有品种极多的茶花。

从植物角度讲在圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela) 脱颖而出的是位于市中心的阿拉梅达 (Alameda) 林荫道。在这个毗邻卡尔巴耶依拉德圣苏珊娜 (Carballreira de Santa Susana) 的静谧之地，在悬铃木和棕榈树的绿茵之下，人称“使徒雅各 (jacobea)”的山茶傲然怒放。

帕索德圣塔克鲁斯德里瓦杜亚 (Pazo de Santa Cruz de Ribadulla) 花园的茶花以美丽硕大见长。其构成的植物装饰空间对专家而言是加利西亚最为令人痴迷者，十九世纪经伊万·阿尔马达 (Iván Armada) 之手获得极大丰富，植物种类获得了可观的扩充。这座加利西亚花园的优秀典范分成较为丛林化的区域和其他较为几何化的区域。此外还拥有一座古老的玻璃暖房。十九世纪初拿破仑占领期间知识分子和政治家加斯帕尔·梅尔乔在这个诗情画意的所在。



人称“加利西亚凡尔赛”的帕索德奥卡 (Pazo de Oca) 拥有几座带围墙的花园，其中突出的是如河流一般穿过各园的池塘，池中有石舟一艘，满是植物和盛开的茶花的红色。走着走着你就来到了壮观的洛斯蒂洛斯 (Tilos) 大道。与主立面呈直角的是一座巴洛克风格的教堂和一条十分显眼的拱券廊道，将教堂和一座私用建筑连通起来，建筑内突出的有跨越数个世纪的家具和艺术品。

卡萨达马坦萨 (Casa da Matanza) 又称故居博物馆 (Casa Museo)，伟大的作家罗萨莉娅·德·卡斯特罗 (Rosalía de Castro) 1885年逝世于此，其原始结构基本上保持了不变。内部保存了这位知识分子家人和朋友的照片以及个人纪念物、著作和十九世纪加利西亚的各种日常物件。故居花园中数株茶花甚为突出。

在维拉加西亚德阿若乌萨 (Vilagarcía de Arousa) 你可以参观源于中世纪的帕索德茹比扬斯 (Pazo de Rubiáns) 府宅，还有园林化的宽阔树林，其朴素为色彩缤纷的茶花所打破，茶花中的一些是著名品种欧亨尼亚德蒙蒂霍 (Eugenia de Montijo)。这一空间的别具一格使之获得了国际卓越花园提名。这座府邸设有自己的酒庄，生产利亚斯巴依夏斯原产地命名 (D. O. Rías Baixas) 葡萄酒，可以参观并参加品酒。在专人介绍的参观过程中，府宅内部和其小圣堂将一一呈现给你。



Pazo de Oca (奥卡府宅)。
A Estrada (阿埃斯特拉达)。

位于里瓦杜米亚 (Ribadumia) 帕索德金泰依若达克鲁斯 (Pazo de Quinteiro da Cruz) 府宅的花园被利亚斯巴依夏斯原产地命名 (D. O. Rías Baixas) 的葡萄园所包围, 设有自己的酒庄, 还被土生树林所环绕。生长着大量异域和热带物种的园林区域的真正主角是茶花, 有1000多种、5000多株争芳吐艳。内设酒庄的府宅的另一个范例是位于坎巴多斯 (Cambados) 的费非尼央斯 (Fefiñáns) 府宅。

梅伊斯 (Meis) 的帕索德阿萨雷塔 (Pazo de A Saleta) 建于十八世纪, 如同当时的领主式建筑所特有的那样, 设有小圣堂和鸽房, 朴素的花园也没有缺席。围绕着这座乡间大宅的花园种有二百多个茶花品种, 是英国夫妇吉姆森的手笔, 他们于二十世纪60年代买下这座建筑后设计了一个汇集五大洲物种的英式植物园, 直至将其变成西班牙最优秀者之一。

帕索德罗乌丽桑 (Pazo de Lourizán) 府宅起源于十五世纪, 尽管目前的现代主义屋宇是十九世纪建起的。54公顷的土地历来用于各类用途, 如农场或森林研究中心。繁多的茶花品种的大量存在令整个花园区域变成了一种色彩的爆发。

茶花和玫瑰在卡斯泰罗德索乌托马约尔 (Castelo de Soutomaior) 的花园中杂处, 近年来占据着越来越高的主角地位。纤柔的花朵围绕在百年





Pazo de Santa Cruz de Ribadulla (圣克鲁斯德利巴度亚府宅)。

Vedra (维德拉)。

栗子树和五大洲的植物种类间。和茹比杨斯府宅一样，索乌托马约尔也获得了国际卓越花园的嘉奖。

从奥卡斯特罗公园 (Parque de O Castro) 你能享受到维哥 (Vigo) 河口的最佳视角，你将观赏该城过去的罗马时代，但也能享受到在橙树和柏树之间生长的茶花。

基尼雍内斯德莱昂府宅博物馆 (Pazo-Museo Quiñones de León) 已变为展览考古学、绘画和装饰艺术收藏品的市立博物馆，围绕着它的花园赋予你在维哥 (Vigo) 市中心无穷无尽的植物物种间怡然漫步的机会。二月底是茶花开得最绚烂的时节。

加利西亚的花园珍藏着很多惊喜。不要犹豫，请前往圣地亚哥德孔波斯特拉的帕索德盛洛伦索德特拉索乌托府宅 (Pazo de San Lourenzo de Trasouto)，这里保存着极妙的茶花和一个遍布着画成了基督教象征符号的锦熟黄杨树篱的花园。

同样，十八世纪初建于圣地亚哥 (Santiago) 和巴德戎 (Padrón) 之间的帕索多法拉梅约府宅 (Pazo do Faramello) 府宅被一个12600平方米的庄园所围绕，庄园内有如诗如画的花园区域。其部分苗圃系建在穿越府宅的河流边的一座老造纸厂之上。



更多加利西亚



Museo do Mar (海洋博物馆)。
Vigo (维哥)。

艺术就在街头

从远古时代起艺术就存在于加利西亚的任何一个角落。石刻、墓石牌坊和石寨向访客讲述着一段充满未知的遥远过去。请不妨来发现它们的奥秘，同时还能看到气派的府宅、高脚粮仓或十字碑。

石头是所有这些作品的共同分母。雕琢它们的石匠们发展出一门传统手艺，千百年来建造出了房子、街道和修道院。他们打造出了散布在各地的罗曼式圣殿的门面，其中优秀的有孔波斯特拉主教座堂的天国门券 (Pórtico de la Gloria)，还有府宅外立面及教堂内部的贵族家庭的盾徽和墓穴。请感受一下你手下花岗岩的粗糙和扎实。

如果你更喜欢参观博物馆，那么祝贺你了。加利西亚拥有主题十分多样的博物馆，无论是在农村还是在城市。无论是学习还是娱乐，各种选择数不胜数。如果你对航海史充满激情，那就请前往费罗尔 (Ferrol) 去看航海博物馆 (Museo Naval)，那里展出有舰船复制品、航海仪器和地图。如果相反你更喜欢以绘画自娱，那就请进到阿科鲁尼亚美术博物馆 (Museo de Belas Artes da Coruña)，去欣赏加利西亚二十世纪主要艺术家的作品。在圣地亚哥的孔波斯特拉你将通过加利西亚人民博物馆 (Museo do Pobo Galego) 的民族收藏了解加利西亚的民俗传统。

漫步蓬特韦德拉 (Pontevedra) 时，你将遇到省博物馆 (Museo Provincial)，在历史城区设有多个馆址。拥有加利西亚最重要港口的维哥 (Vigo) 设有海洋博物馆 (Museo do Mar)，在馆中你可以一探加利西亚与海洋间联系的究竟。

若要了解史前时代以及罗马化之前的阶段生活是什么样，我们向你推荐坎波拉梅依若 (Campo Lameiro) 和圣希



Monasterio de Monfero (蒙费若修道院)。

Centro Galego de Arte Contemporánea (加利西亚当代艺术中心)。

Santiago de Compostela (圣地亚哥德孔波斯特拉)。



Fundación Luis Seoane (路易斯·塞奥阿内基金会)。
A Coruña (阿科鲁尼亚)。

布拉奥德拉斯 (San Cibrao de Las) 考古公园。在第一个中你将发现体现在岩刻中的岩洞艺术的美妙范例。在第二个中你将了解到卡斯特雷夏文化的石寨是什么样子的。

蒙佛特德雷莫斯 (Monforte de Lemos) 珍藏着的古迹和艺术财富是你深入加利西亚城镇中去时所能遇到的事物的范例。古老圣母博物馆 (Museo de Nuestra Señora de la Antigua) 内设一座精选画馆，藏有埃尔格列柯 (El Greco) 和安德瑞亚·德尔·萨尔托 (Andrea del Sarto) 的作品，而第二圣芳济会神圣艺术博物馆 (Museo de Arte Sacro de las Clarisas) 则展出一批雷莫斯伯爵于十七世纪购得的意大利作品重量级收藏。

如果相反你选择的是当代艺术，不要犹豫，请去参观在阿科鲁尼亚 (A Coruña) 的路易斯·塞奥阿内基金会 (Fundación Luis Seoane)；在圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela) 的加利西亚当代艺术中心 (Centro Galego de Arte Contemporánea)，或者维哥 (Vigo) 的当代艺术博物馆 (Museo de Arte Contemporánea)。其临时展展示最新的创作潮流。

建筑也是文化城 (Cidade da Cultura) 名副其实的主角。由皮特·艾森曼 (Peter Eisenman) 设计，这一由数座建筑组成的建筑群被认为是世界性里程碑。你可以参观加利西亚博物馆 (Museo de Galicia)，设有丰富多样的展览安排、图书馆和档案馆。



文化和文学

在加利西亚，除了卡斯蒂利亚语之外，我们还说加利西亚语。二者都是官方语言，这样在全境之内你都不会有任何沟通的问题，因为大部分人口是双语的。

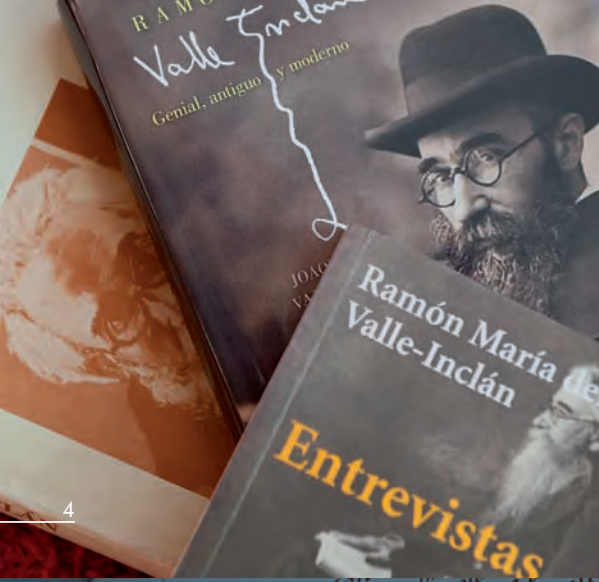
加利西亚语是一种罗曼语，和葡萄牙语相似，中世纪曾极为重要，因为它是行吟诗中所用的语言。智者阿丰索十世国王就是用这门语言写下了他著名的圣马利亚之歌。

参观途中你将学到很难翻译成其他语言的词汇如 riquiño、enxebre、ruliña、aloumiñar 或 toxo。倾听它们时你将体会到加利西亚语拥有的独特的节奏和乐感。

在加利西亚，具有广泛文学传统的女性在这个领域扮演了突出的角色。请玩味罗萨莉娅·德·卡斯特罗 (Rosalía de Castro) 的诗句或者从艾米莉亚·帕尔多·巴桑 (Emilia Pardo Bazán) 警醒的散文中出来的关于十九世纪社会的叙述。二人也都是西班牙语文学的翘楚。

出生在加利西亚、文学生涯得到嘉奖的作家也有好几位，如诺贝尔奖获得者、名作《蜂房 (La Colmena)》和《帕斯瓜尔·杜阿尔特一家 (La familia de Pascual Duarte)》的作者卡米洛·何塞·塞拉 (Camilo José Cela)。杰出的人物还有拉蒙·玛丽亚·德尔·巴耶-因克兰 (Ramón María del Valle-Inclán)，埃杜瓦尔多·布兰科·阿默尔 (Eduardo Blanco Amor)、阿尔瓦罗·昆盖依若 (Álvaro Cunqueiro)、阿丰索·丹尼尔·罗德里格斯·卡斯泰拉奥 (Alfonso Daniel Rodríguez Castelao)、冈萨罗·托仁特·巴耶斯特尔 (Gonzalo Torrente Ballester) 及曼努埃尔·里瓦斯 (Manuel Rivas)。

如果你想更多地了解一下这些知识分子的生活、了解他们生活过的宅子或者享受一下宅中的展出，那就请前往卡米洛·何塞·塞拉基金会 (Fundación Camilo José Cela)、艾米莉亚·帕尔多·巴桑故居博物馆 (Casa Museo Emilia Pardo Bazán)、罗萨莉娅·德·卡斯特罗基金会 (Fundación Rosalía de Castro) 和冈萨罗·托仁特·巴耶斯特尔基金会 (Fundación Gonzalo Torrente Ballester)，都设有图书馆并保存有其作品的初版。



4



5



6

Castelas





纯粹的自然

加利西亚自然之丰富性使得大部分地域都由于其不同生境的意义而受到保护。请不妨漫步于狼生活着的森林，航行至拥有原生态海滩的岛屿。

大西洋岛屿国家公园 (Parque Nacional das Illas Atlánticas)。一艘船将把你送至被《卫报》评为世界上最美丽的海滩，即锡耶斯岛 (Islas Cíes) 上的罗达斯 (Rodas) 沙滩。该公园由萨尔沃拉 (Sálvora)、柯尔特伽达 (Cortegada)、昂斯 (Ons) 和锡耶斯 (Cíes) 群岛组成，是独一无二的动植物保护区。

佛拉嘎斯杜埃乌梅 (Fragas do Eume)。在这片伊比利亚半岛保存最好的树林中，你将游览拥有土生树木的路线，直至可看到埃乌梅 (Eume) 河壮丽景色的卡阿维依若修道院 (Monasterio de Caaveiro)。

巴夏利米亚塞拉多叙雷斯公园 (Parque Baixa Limia-Serra do Xurés)，关于这片充满瀑布、巨石遗迹、温泉和维亚诺瓦 (Via Nova) 罗马大道的大地的传说把幻想和现实交织在了一起。

郭茹维多沙丘群 (Complejo dunar de Corrubedo)。著名的大沙丘主宰着这片面对大海的诗情画意的环境。通过设定的道路你可以看到把此地包围起来的湖泊卡雷伽尔 (Carregal) 和比香 (Vixán)。阿洛亚山 (Monte Aloia) 是对加利西亚最大的米尼奥 (Miño) 河流经图伊 (Tui) 时形成的河谷的天然观景台，从山顶上可以看到壮丽全景。

奥因维尔纳德依若 (O Invernadeiro)。基本上无人居住，要想游览这座山必须先申请许可。其与世隔绝的状态使之成为一个独享河流及土生树林的得天独厚之地。

塞拉达恩希尼亚达拉斯特拉 (Serra da Enciña da Lastra)。在加利西亚圣栎树和其他地中海物种的存在是一个例外。此外这个区域还是洞穴学家的天堂。



Playa de Doniños (多尼尼奥斯海滩)。



加利西亚，自然空间

除了国家公园和自然公园之外，加利西亚还拥有一个与欧盟重要地带相关联的自然空间网络，如景观保护区、自然纪念地、自然价值特别保护区等，以及生物圈保护区。

在位于卢戈 (Lugo) 北方的比维依若 (Viveiro)，你将看到阿布埃洛德恰伟因 (Abuelo de Chavín)。这是西班牙最高的树之一，一棵62米的桉树，生活在索乌托达雷托尔塔 (Souto da Retorta)。在阿科鲁尼亚 (A Coruña) 的阿尔塔布拉海岸 (Costa Ártabra) 矗立着欧洲最高的悬崖塞拉达卡佩拉达 (Serra da Capelada)。雾霭之中你将看到野马、深入汹涌海中的石壁和传说中重归肉体的灵魂所前往的圣所。

浸浴着蓬特韦德拉省坎伽斯 (Cangas) 市境内天堂般海滩的水则要平静一些。此地处于蓬特韦德拉和维哥河口之间，在科斯塔达维拉海岸 (Costa da Vela) 你将被沙粒幼细的白色沙滩所震撼。

该从海岸切换到高山了。在位于奥伦赛的巴尔德奥拉斯 (Valdeorras) 地区高2127米的佩纳特雷维因卡 (Pena Trevinca)，解冻期的河流在欧洲唯一的浆果紫杉林间澎湃直下。加利西亚被宣布为生物圈保护区的地方有六个，集中在奥伦赛和卢戈，河流和山峰是其主要角。位于奥伦赛的阿亚利斯区 (Área de Allariz) 为阿尔诺亚 (Arnoia) 河所穿越，同一个省内还有叙雷斯 (Xurés)，以其多样的树林见长。

奥斯安卡雷斯山 (sierra de Os Ancares) 位于卢戈，矗立着多个世纪来用作住宅的巴耀萨 (palloza)。北方是包括埃奥 (Eo) 河、奥斯科斯 (Oscos) 和特拉斯德布戎 (Terras de Burón) 在内的保护区。埃奥河之水浇灌着这一地区。加利西亚最长的河流周围聚集了米尼奥之乡 (Terras do Miño)，圣地亚哥之路穿行而过。



Praza da leña (雷尼亚广场)。
Pontevedra (蓬特韦德拉)。



Rúa Policarpo Sanz(波利卡尔波桑斯路)。
Teatro A Fundación (阿丰达西翁剧院)。Vigo (维哥)。



Modernismo (现代主义)。Ferrol (费罗尔)。

七城

加利西亚拥有分布在四个省中的七座城市。人口最多的是位于蓬特韦德拉 (Pontevedra) 的维哥 (Vigo) ,有将近30万居民。

费罗尔 (Ferrol) 。从十六世纪时变为皇家海军 (Armada Real) 港口起,其作为军事基地和造船工业基地的重要性就与日俱增。

阿科鲁尼亚 (A Coruña) 浸浴着大西洋。请登上唯一运行中的罗马灯塔、人类遗产赫拉克勒斯塔 (Torre de Hércules) 并享受城市沙滩。之后请去拍一下拉马利那 (La Marina) 阳台的照片。

圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela) ,成千上万行走圣地亚哥之路的朝圣者的目的地,其历史建筑群是人类遗产。请逛一逛街巷,欣赏一下工作中的香炉。



Praza das Praterías (普拉泰利亚斯广场)。
Santiago de Compostela (圣地亚哥德孔波斯特拉)。



Fuente de As Burgas (阿斯布尔加斯泉)。
Ourense (奥伦赛)。



Vista de Lugo desde su catedral (从主教座堂眺望卢戈)。

蓬特韦德拉 (Pontevedra)。漫步于其历史城区能让你熟悉石匠们的工作，是他们打造出了修建城市用的花岗岩。广场透出该城的好客之情和其生活品质。

维戈 (Vigo) 向一个河口敞开，水面上你能看到养殖软体动物的台架，但你知道其水下长眠着大量运输来自美洲的黄金的大帆船吗？在贝德拉市场 (Mercado da Pedra) 你可以品尝牡蛎，在港口你可以登船前往锡耶斯岛 (Islas Cíes)。

奥伦赛 (Ourense) 矗立在米尼奥 (Miño) 河畔。在其所有桥梁中，最突出的是罗马桥 (Puente Romano)，乃城市的象征。请不妨在你将遇到的众多温泉中泡个澡。

卢戈 (Lugo)。该城的萌芽矗立在这个世界上保存得最好的罗马城墙之内，此城墙为人类遗产。罗马的过去也存在于其浴室和阿尔代卢古斯 (Arde Lucus) 节中。



历史建筑群

加利西亚主要还是农村的，景色之中村镇星罗棋布。历史悠久的城镇对分散居住的人民而言仍然是行政商贸中心。

贝坦索斯 (Betanzos) 中世纪时曾是加利西亚王国的首都。“骑士之”外号指的是其作为贵族家庭住地的重要性。

穆若斯 (Muros)。这个向其河口敞开的镇子最会令你吃惊的特色之一是海员们在其之下收藏渔具的石质柱廊。

巴约那 (Baiona)。三桅帆船平塔号于1493年停靠这个港口，带来了发现美洲的消息。由于包围战的发生，一座要塞修建了起来，如今是旅游客栈。

图伊 (Tui)。其主教座堂显现出的防御性外观以及主立面三角楣处的浮雕定会引起你的注意。这座城市曾是行政和宗教的战略要冲。

阿亚利斯 (Allariz)。阿尔诺亚 (Arnoia) 河穿城而过，设有如诗如画的河上漫步，这座城市中世纪时经历了辉煌时代，成为加利西亚王国的文化中心和首都。

里瓦达维亚 (Ribadavia) 展示出其富饶的中世纪过去，曾成为里维依若原产地命名 (D.O. Ribeiro) 地区的首府。城市为葡萄园和阿维亚 (Avia) 河所围绕，洛斯孔德斯城堡 (Castillo de los Condes) 主宰着它。

蒙多涅多 (Mondoñedo)。主教驻地，城市中心被宏伟的主教座堂占据着。请吃一小块内填天使之发蜜饯的本地甜饼来甜蜜一下唇舌。

比维依若 (Viveiro)。港口在战略上的重要性使该城筑起了城墙。你有兴致探索其三座城门吗？城内的景象会让你一窥当年社会生活之兴盛。



加利西亚是一场节庆

加利西亚是节日的爱好者，完美地把世俗和宗教传统糅合在一起。很难碰到夏季的哪个周末没有在某个村庄、小镇或城市中举行节庆，有好几个节庆被认定为国际、国家或加利西亚旅游景点。

很多节庆源于宗教，是为了纪念某位圣人或者守护神而举行的。值得去某个村庄观赏一下围绕小教堂的游行和你可以起舞至凌晨的露天舞会。

庙会是一种常见的节庆。在很多这些庙会中你可以看到好玩的仪式，和圣安德雷德泰依西多 (Santo André de Teixido) 或诺撒塞尼奥拉达巴尔卡 (Nosa Señora da Barca) 等圣堂的某些画像、泉水或石头所谓的治病功效有关。在这些庆典里，你可以在一顿农家饭中品尝本地特色的面包圈、馅饼或乳酪，还有风笛铃鼓奏乐助兴。

美食与加利西亚节庆传统密不可分。几乎每个小镇都拥有一款食材，做出多样菜品来加以纪念，以亲民的价格提供给入山人海的公众。阿尔伯 (Arbo) 的七鳃鳗节 (Festa da Lamprea)、阿瓜尔达 (A Guarda) 的龙虾节 (Festa da Langosta)、奥格若维 (O Grove) 的海鲜节 (Festa do Marisco)、诺亚 (Noia) 的馅饼节 (Festa da Empanada) 以及比拉尔巴 (Vilalba) 的阉鸡节 (Festa do Capón) 是几个范例。

城镇老街区的仿古游艺也十分热闹，令参加者回到过去，如里瓦达维亚的历史节 (Festa da Istoria)、蓬特韦德拉的弗兰卡节 (Feira Franca) 或者巴约那的到港节 (Festa da Arribada)。请你别忘了穿上与时代相符的服装，变成你想象中的人物。



剪毛节 (Rapa das bestas)

如今山中仍有野马群存在反映了加利西亚古老的过去。每年夏月都要为这些动物修剪鬃毛、尾毛和除寄生虫，因为尽管它们自由生活在山中却是有主人的，还要为新生的马驹打上标记。

这些在数个加利西亚村镇变成了复古传统的活计是人与马之间的一场肉搏战，不使用任何类型的工具来驯服它们。马匹们被几个人从山间驱赶到村镇内的圈栏里，在那里对它们进行处理。

奥亚 (Oia)、塞黛依拉 (Cedeira) 及蒙多涅多 (Mondoñedo) 等地庆祝这一传统，尽管也许是蓬特韦德拉 (Pontevedra) 的萨布塞多 (Sabucedo) 最好地保存了这一西班牙独一无二的仪式。“阿洛伊塔多”即驯服马匹的人是这一工作的真正主角，每年都会会有几个年轻人入行。

这一传统的有意思之处是这些马匹的一部分属于圣洛伦索，即村民出发收马之前在弥撒中向其领命的圣人。

这一节庆所唤起的人类学和媒体兴趣使得每年大量公众前来观看圈栏中这一真正的民俗场面，之后马儿会被放回山中，让它们在完全的自由中继续生活。

庆典以驯马师和参加者畅享加利西亚美食为圆满结束，如馅饼、节庆章鱼或葡萄酒，并始终有风笛和铃鼓演奏的传统音乐助兴。你要错过一场如此正宗道地的盛会吗？



恩特罗伊多 (Entroido) 狂欢节

恩特罗伊多或狂欢节是加利西亚最具传统的节庆之一。从数个世纪前就开始举行，尽管独裁期间被禁止，却始终保持了其世俗、放肆及参与的特色。

要想享受这一人们占领城乡大街小巷的集体娱乐活动，你只须乔装打扮然后跟随乐队音乐就可以了。恢复体力没有比品尝这一时节特色乱炖或者菲耀阿面炸水果 (filloa) 或奥瑞亚 (orella) 甜点更好的了。

奥伦赛 (Ourense) 是最具狂欢节传统的省份。这个省内有著名的恩特若伊多三角 (Triángulo do Entroido)，包括欣索德利米亚 (Xinzo de Limia)、贝林 (Verín) 和拉萨 (Laza) 三地，潘塔亚 (pantallas)、西伽容 (cigarrón) 和佩里盖依若 (peliqueiro) 身着远古传统手工服饰欢闹在街头并与公众互动。也请你前往奥伦赛的其他城镇如曼萨内达 (Manzaneda)、比亚纳多波罗 (Viana do Bolo) 或比拉里尼奥德贡索 (Vilariño de Conso)，那里你将体验别样的狂欢节。

在蓬特韦德拉 (Pontevedra) 省，郭布雷斯 (Cobres) 举行的狂欢节早在十八世纪的作品中就有记载。民间舞蹈和游戏是主角，身着再现宫廷氛围的服装的仕女俊男也参加进来。仙内拉伊斯达乌亚 (Xenerais da Ulla) 的装束也十分抢眼，他们穿着装饰怪诞的军服参加“窘境 (atranque)”，即嘲弄本地、政治或社会事务的辩证对抗。

城市也不外于这一节庆传统。阿科鲁尼亚、奥伦赛及蓬特韦德拉连续数日庆祝狂欢节，街道挤满市民和访客，穿戴着别出心裁的伪装，乐队则为节日助兴至凌晨。



购物、时尚和手工艺品

除了照片和你珍藏在记忆中的回忆，肯定你会想带一件在加利西亚制作的代表手工艺传统或最新创新的物品回家。

加利西亚手工艺品的品质使之成为最抢手者之一。卡马力尼亚斯花边织物、萨尔伽黛罗斯陶瓷、煤玉首饰及银器继续以世代相传的工艺制作着，造就出独一无二的作品。城市乡村历史街区的很多街道或广场以这些行业为名。

在加利西亚手工艺品 (Artesanía de Galicia) 品牌之下你将发现一个以可持续的方式工作的职业行业，令绝无仅有的手艺永续，为你献上不可复制的作品，如煤玉耳坠、皮木屐、银制凯尔特起源的项圈、锦熟黄杨木和天鹅绒制风笛和草编圣科斯梅依若帽子。

但如果你更喜欢美食，找到装在精美瓶中的利口酒并非难事。加利西亚最有名的是用以制作凯马达 (queimada) 的烧酒。传统的咖啡利口酒也不会缺席饭后点心。多达五种原产地命名保护着加利西亚乳酪，可以搭配面食。

作为吉娜费尔南德斯 (Kina Fernández)、阿多尔佛多明戈斯 (Adolfo Domínguez) 及罗贝尔托贝利诺 (Roberto Verino) 等时尚品牌的摇篮，加利西亚是纺织界世界一强，是跨国公司Inditex总部所在地，在其门店网络中你将找到最新潮流。此外，在城市中心你将遇见为你提供原创另类选择的精品店。如果你更喜欢造访商业中心，你会很高兴地得知欧洲第三大的Marineda City就位于阿科鲁尼亚。



音乐节和夜间娱乐

人口较多的城镇为你提供怡然享受夜晚的无限选择。首先你可以前往葡萄酒区特有的街巷，那里酒吧林立，夜间招来大量人流。在蔓延到店铺之外的十分热闹的氛围中，你可以品尝特色塔巴斯小吃，佐以啤酒或加利西亚葡萄酒。

你也可以选择前往某家餐厅，陶醉于用于最传统或最前卫的烹饪的国际上炙手可热的高品质食品。酒吧、酒馆、迪厅营业到凌晨，这样就请你尽享欢乐，直到身体吃不消为止。

阿科鲁尼亚 (A Coruña) 因六月底的圣胡安 (San Juan) 日而布满篝火的海滩是夏天的出发点，这天海滨城镇如巴约那 (Baiona)、桑申肖 (Sanxenxo)、比拉加西亚德阿若乌萨 (Vilagarcía de Arousa)、里维依拉 (Ribeira)、木伽尔多斯 (Mugardos)、比维依若 (Viveiro) 和里瓦戴奥 (Ribadeo) 挤满游客，白天在炎热的气候中享受海滩、露天音乐会和最棒的美食。7月24日晚值得前往圣地亚哥德孔波斯特拉 (Santiago de Compostela) 去欣赏纪念使徒雅各的焰火表演，其节日为第二天。

此外，加利西亚还举行一系列音乐节，如金属和硬核音乐的Resurrection Fest；PortAmérica Rías Baixas，这里你将听到独立和摇滚团体的表演；SinSal Son Estrella Galicia，在圣西蒙岛举行，其海报是个秘密；还有Festival de Ortigueira，为民俗音乐。需要加一句的是，在每个村镇中你都可以在本地特色的夏季露天舞会中翩翩起舞，和守护神节一起举行。



家庭旅游

加利西亚是在家人陪伴下享受的完美目的地。所有人，从家里最小到最老者都能在任何季节找到自己的选择，因为气候宜人，始终保持温和。在这一点之上如果再加上它是一个安全而且一点都不拥挤的目的地，那你们就很容易决定到哪儿度过你们的假期了。

多家企业为幼童提供露天活动。他们可以靠独木舟、皮划艇、射箭、攀登或冲浪娱乐。还有帆船学校，在海滨各地组织夏令营。河口平静的流水可以完全安全地航行。

博物馆方面也有多种方案，定能令全家满意。在阿科鲁尼亚的四家完全交互式的科学博物馆中，你们将看到如何饲养海豹，你们将在天文馆中识别星星，你们可以走进飞机驾驶舱并了解到DNA如何运作。在其他博物馆如阿亚利斯 (Allariz) 的玩具博物馆你们将了解到孩子们过去是怎么玩耍的，而在蒙佛尔特德雷莫斯 (Monforte de Lemos) 的铁路博物馆 (Museo do Ferrocarril) 你们将了解到火车的历史。

对于那些对动物怀有激情的人，在Marcelle Natureza或Avifauna你们能看到美洲野牛、斑马、鹈鹕、大羊驼、驯鹿、狐狸、火烈鸟、鹭、斑鸠、雉、细嘴松鸡。去一所农场学校是另一种接触自然和农业的方式。西耶达 (Silleda) 的Fervenzaventura、Casa Grande de Xanceda或Casa Alvarella将带你们参观挤牛奶室、绵羊和山羊睡觉的羊圈、给矮马梳毛、采摘菜园里的蔬菜豆类、给小牛犊喂奶瓶，甚至还可以烤你们自己的面包。



露天的加利西亚

如果你喜欢享受大自然，那你就走运了，因为加利西亚的风景集田园、山峦和海洋于一体，其全年宜人的气候能让你开展众多活动。

携1650公里的海岸线，加利西亚对水上运动爱好者而言是名副其实的天堂。如果你选择航海，那你将发现二十多个港口和五十处可供停泊的设施，有便利的陆路交通。

河口所提供的宁静和庇护全年都有利于航行。从海上了解加利西亚丰富的海洋文化，或者大西洋岛屿国家公园。这是一种全然的体验。

很多冲浪及其各类变种的爱好者决定前来挑战可怖的大西洋浪涛。有适合刚开始冲浪板启蒙的人的海滩，但也有你如果已经有经验的话能享受的沙滩。

加利西亚被称为千河之地，因此在其河上和水库中你能开展众多由能保证你安全的专业化企业组织的冒险活动。




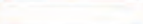


你在旅途中逐渐遇到的千变万化且令人吃惊的风景拥有一张具有完美标识的广阔的徒步网络，方便你完全安心和安全地开展徒步。




如果相反你更希望骑车了解农村，你只要前往BTT中心中的某一个就可以了。骑着自行车你可以按大自然给你规定的节奏来享受。




毫无疑问，拜其风景和气候之赐，加利西亚是露天活动爱好者的理想目的地。











-  高速公路，汽车专用公路
-  自治区大容量公路网
-  国家公路网
-  自治区基本公路网
-  其他自治区路网
-  省道

-  高速铁路
-  宽轨铁路
-  窄轨铁路

-  国界
-  自治区界
-  省界

-  LUGO 省会
自治区首府
-  Vigo 地级市政府 (人口60000以上)
-  Baleira O Cádavo 其他市政府
地级市政府
-  机场
-  国家公园
-  自然公园



以更自然的方式来发现加利西亚，
旅游景点的最新观感

地理目的地

14个以自然的方式
按其历史和特色划分的区域



加利西亚政府
旅游办公室

加利西亚旅游局

地址: Carretera Santiago - Noia, km. 3 (A Barcia)
15897 Santiago de Compostela - A Coruña (España)
电话: +34 981 542 500 | 传真: +34 881 995 323
012@xunta.gal | www.turismo.gal



www.turismo.gal

Tel. +34 981 900 643
e-mail: 012@xunta.es