



## Etapa 10 Lugo-San Romao da Retorta

Lugo, Lugo

Una etapa de transición con más historia y tradición de lo que parece

### Un sinfín de posibilidades

El río Miño junto a la eterna ciudad de Lugo y sus imponentes murallas son los testigos de excepción de la marcha del peregrino que le llevará a dejar atrás el valle para surcar los suaves campos de verdes pastos y las frondosas arboledas de castaños y eucaliptos, entre otros, que separa Lugo de San Romao da Retorta. Un recorrido que transita por las tradicionales aldeas y lugares gallegos mientras nos obsequia con agradables rincones rebosantes de historia, cultura o naturaleza.

La etapa 10 Lugo-San Romao da Retorta con 18,4 Km se antoja un tranquilo paseo que parte desde el mismo corazón de la ciudad, la Plaza Mayor y el ayuntamiento de Lugo 0 Km son el punto de origen elegido por el Camino Primitivo para comenzar a despedirse de la ciudad y sus gentes. Una ciudad que brinda al peregrino varias posibilidades para salir de ella tras haber disfrutado de todo aquello que ofrece, su museo provincial, la casa dos Mosaicos Batitales o las termas, son solo algunos de los muchos lugares que Lugo y su historia ofrecen al visitante. Dos vías que se unirán poco antes de abandonar definitivamente la ciudad y que otorgaran la posibilidad al peregrino de, bien disfrutar de la esbelta catedral de Santa María de Lugo justo antes de atravesar las protectoras murallas por la Puerta de Santiago y emprender el descenso que le llevará al encuentro del Miño.



O bien alargar un poco más su paseo por el casco histórico de Lugo en busca de la Puerta del Carmen o Miñá para, tras pasar junto a la iglesia del Carmen, hoy sala de exposiciones, recorrer las huertas que pueblan este barrio de Lugo al encuentro de la otra vía para juntos llegar hasta la orilla del Miño. El vetusto y cuidado puente de piedra que une ambas orillas del río ha sido durante años el lugar elegido por muchos peregrinos para echar la vista atrás y despedirse de la que, por unas horas fue su ciudad.

Remontamos las aguas del Miño siguiendo su ribera que nos acerca hasta San Lázaro 2,1 Km y su cuidada iglesia, desde donde el Camino Primitivo se despide del valle del Miño obligándonos a ganar altura con rapidez como si quisiera evitar que nos resistiésemos a dejarlo atrás. Por ahora la cercana presencia de la gran ciudad continúa condicionando un paisaje marcado por las urbanizaciones y las carreteras que de una u otra manera las comunican con ella.

Paso a paso el asfalto nos va haciendo alejarnos de la urbe al mismo tiempo que los verdes prados junto a las aldeas gallegas van ganando terreno. La etapa nos recuerda a otras típicas estampas de otros Caminos al llevarnos por un andadero al borde de la carretera, que de no ser por lo verde de los campos y lo frondoso de las arboledas que surcamos nos llevaría a pensar que estamos en otras tierras.

## Zona mascotas

Tranquilo recorrido en cuanto a lo físico se refiere para nuestro amigo, siempre claro está en comparación con las etapas anteriores y salvo que decidamos sumar la prolongación hasta Mosteiro. La ciudad y la carretera con su tráfico y sus cruces nos obligaran a extremar las precauciones para evitar sustos incensarios. Muchos kilómetros de asfalto que le pueden pasar factura a sus almohadillas tras tanto tiempo por caminos y piedras.

El agua, con la cantidad de aldeas que nos iremos encontrando, no tendría que ser un problema, pero no podemos confiarnos ya que no son muchos los puntos donde encontraremos agua ni de fácil acceso los regatos que cruzaremos. En verano la combinación del asfalto y el calor pueden jugarle una mala pasada si no lo hidratamos correctamente.

Son varias las granjas junto a las que pasaremos, el ganado es uno de los reyes de estas tierras, por lo que con toda probabilidad nos toparemos con los perros que protegen y viven en ellas. La espesa vegetación de algunas zonas casi nos obliga a echarle un ojo con más detenimiento al final del día para prevenir posibles parásitos típicos del ganado.



**Pero aldeas como Seoane 7,2 Km se encargan de diluir toda duda, aldeas que en muchos casos a penas llegamos a rozar llevados por el impasible curso que sigue la carretera. Carrigueiros 8,8 Km y su pequeña capilla de San Bartolomé do Burgo no muy alejada de la aldea son el siguiente punto de paso del Camino Primitivo en su avance hacia Santiago.**

**La fuente de Ribicás marca nuestra entrada en O Burgo 9,6 Km, donde destaca su iglesia de estilo barroco algo separada del trazado del Camino Primitivo. La carretera es nuestra irremediable compañera de viaje que nos guía en todo momento, pero como toda buena compañera sabe de lo importante de darnos un respiro permitiéndonos separarnos de ella para acudir a visitar Bacurín 13,2 Km y su importante iglesia de San Miguel de Bacurín la cual según parece se remonta al siglo XIII. De regreso en la carretera nos volveremos a ver siguiendo el cómodo discurrir que ésta nos marca.**

### **¿Sabías que...**

**La división administrativa de Galicia agrupa las localidades en concellos y éstas a su vez están compuestas por parroquias las cuales están formadas por aldeas o lugares. Esta singularidad se debe a la dispersión demográfica que caracteriza Galicia, haciendo que junto al Principado de Asturias tengan una estructura administrativa diferente al resto del territorio de España.**

### **No te pierdas...**

**Santa Eulalia de Bóveda, un espectacular santuario del siglo III, de época tardo-romano dedicado a la diosa Cibeles, en el que se conservan un magnífico conjunto mural, esculturas del periodo visigótico y cuya arquitectura aún conserva verdaderos tesoros de otras épocas. El desvío de la carretera de acceso lo encontraras un rato después de pasar por O Burgo, los aproximadamente 5 Km que supone visitar este lugar y recuperar posteriormente el trazado del Camino se ven inmejorablemente recompensados con la belleza e importancia del lugar que conoceremos.**



Un trayecto que nos lleva a pasar por O Hospital 15,6 Km y poco después por San Pedro de Abaixo 16,6 Km, dos pequeñas aldeas que nos sacan por un corto periodo de tiempo del estupor en el que nos ha sumido la carretera. El cementerio junto a la iglesia de San Romao da Retorta 18,4 Km marca el punto y final de esta etapa del Camino Primitivo, aunque durante años la ausencia de hospedaje cercano obligaba a los peregrinos a proseguir su marcha durante unos cuantos kilómetros más. Otra particularidad es que desde aquí parten dos vertientes del Camino Primitivo, una conocida como la Vía Romana o Calzada Romana, algo más corta, que atraviesa San Romao da Retorta y llega hasta Castrelo 19,4 Km, donde los peregrinos dan por finalizada realmente esta etapa, para volver a unirse con el camino oficial en Mosteiro. Otra, la oficial, sigue el curso de la carretera hacia Xanaz, para desde allí continuar pasando por la capilla de Santa Cruz da Retorta y seguir el caprichoso rumbo del Camino Primitivo que la lleva a surcar las aldeas y lugares de esta parte de Galicia. Aldeas como Sestelo, Seixalbos, Xende, O Paraño y Senande antes de llegar hasta Ponte Ferreira y los lugares de Mosteiro y Ferreira, donde se une con la Calzada Romana o Vía Romana y ya juntos marchar hasta Melide.

## *Truco*

*No son pocos los peregrinos que movidos por la aparente sencillez de la etapa se embarcan en proseguir la jornada alargando el recorrido bien hasta los lugares que compone Ponte Ferreira o incluso los más valientes hasta As Seixas. Mide bien tus fuerzas y el tiempo que te llevará esta ampliación, de vez en cuando no viene nada mal una etapa menos exigente que nos ayude a recuperar parte de las fuerzas perdidas, ten en cuenta que todavía son muchos los kilómetros y varios los días y esfuerzos que restan hasta llegar a Santiago de Compostela.*

## Ficha técnica

**Distancia total: 18,4 Km**

**Tiempo total: 4h 35min**

Etapa rápida dada su relativa corta distancia y relativo buen trazado que nos permitirá avanzar con mayor ritmo que en días anteriores. Aquellos que decidan prolongar la etapa hasta Mosteiro, en función de la vía elegida, tendrán que contar con un total de 7h 10min si eligen el Camino oficial o 6h 30min si se decantan por la Vía Romana, ya que ésta es aproximadamente 2 Km más corta.



**Época del año: Propicia casi todo el año**

**Salvo condiciones muy adversas, tanto el trazado como sus características hacen de esta etapa del Camino Primitivo un recorrido asequible durante todo el año, en el que poder disfrutar de los campos y aldeas gallegas con la calma que nos aporta su relativa corta distancia.**

**Material necesario: Calzado cómodo siempre que el tiempo lo permita**

**Estamos frente a un agradable paseo por andaderos y carretera que salvo los cortos desvíos que deberemos tomar no requieren de un calzado recio que podremos reservar para mejores ocasiones.**

**Si la lluvia hace acto de presencia los caminos que siguen los desvíos a buen seguro que estarán muy embarrados, aconsejado el uso de bota e incluso polainas. Este hecho se repite más aún si cabe en las prolongaciones hasta Mosteiro.**

**Pasamos por bastantes localidades pero no dispondremos de muchas posibilidades para reponer víveres por lo que es aconsejable llevar los suficientes suministros. Un objeto o ropa reflectante nos ayudaran a ser vistos por los conductores en los largos tramos de carretera.**

**Las densas nieblas continúan siendo más habituales de lo que a estas alturas pudiéramos esperar por lo tanto a nuestra ropa e equipación acorde, con la época del año, no está demás que sumemos alguna prenda cortavientos o aislante.**

**Desnivel acumulado. 707 m Desnivel positivo. 414 m Desnivel negativo. 293 m**

**Dificultad: Media**

**Física**

**Siempre y cuando asumamos la etapa tal cual se plantea, es decir partiendo de Lugo y finalizándola en San Romao da Retorta, estamos ante un recorrido que nos permitirá reponer parte de las fuerzas perdidas. Su, en comparación con etapas anteriores, benévolo perfil y el buen firme de la mayoría de los kilómetros nos facilitaran el esfuerzo, permitiéndonos disponer de tiempo extra para nosotros, tan apreciado a estas alturas del Camino Primitivo.**



**Ojo si nos decidimos por incorporar a esta etapa la prolongación hasta los lugares de Mosteiro o Ferreira, el grado de dificultad sube un peldaño convirtiéndose en moderado.**

### **Precaución**

**La marcha de Lugo, en función de cual sea la vía elegida, no parece que sea demasiado aconsejable realizarla a determinadas horas y mucho menos en solitario. Este hecho junto a los peligros que toda etapa con tramos de carretera sin arcén y cruces con otras vías son los más destacables de todo el recorrido.**

**Si llueve o lo ha hecho con intensidad estaremos con muchas posibilidades de encontrarnos con tramos de caminos embarrados o incluso anegados por el agua, lo que dificultará nuestra progresión.**

**Lo más importante es no confiarse de la aparente poca circulación que tiene la carretera que vamos a recorrer ya que de lo contrario seguramente nos llevemos cuando menos un buen susto.**

### **Orientación**

**Toda marcha del Camino de una gran ciudad suele ser un quebradero de cabeza para muchos peregrinos y ésta no iba a ser una excepción, más aun cuando contamos con varias opciones y las marcas en ocasiones nos dejan algo despistados.**

**Por lo demás una de las pocas ventajas de seguir el asfalto es que la carretera se encarga de liberarnos de las dudas que pudieran surgirnos.**

**Otro factor a tener en cuenta en esta etapa del Camino Primitivo es su nueva división justo al final de este recorrido, donde nos brindan la opción de seguir el trazado oficial o la Vía Romana, hoy en día algo más seguida que la otra opción.**

**De seguir el trazado original debemos saber que en el tramo que va desde Xende hasta Senande nos encontraremos con un trazado enmarañado por la vegetación en ciertas zonas, con trozos, bien cortados por fincas de cultivo que deberemos atravesar o bien con sendas, que en parte obligadas, nos conducen por maltrechos terrenos.**

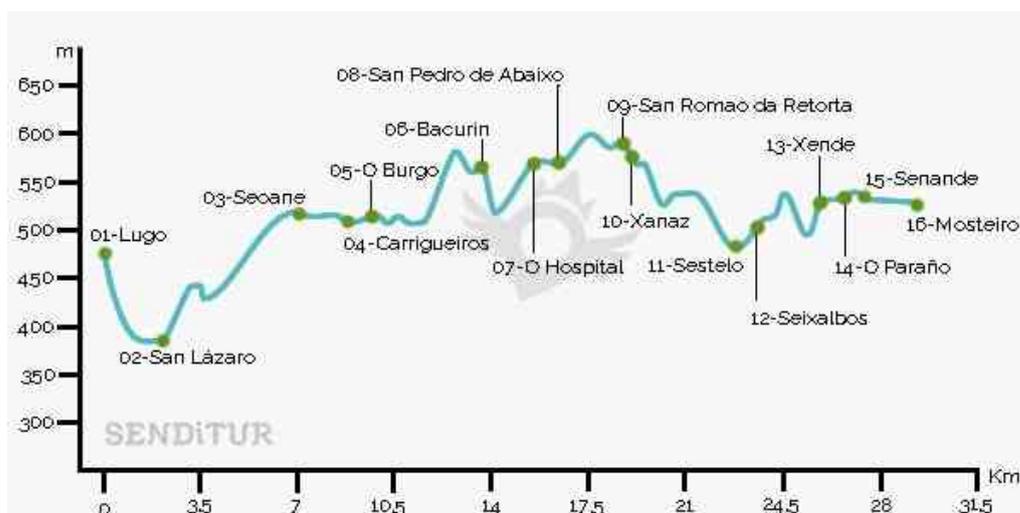


## Lugares importantes de paso

NOMBRE LUGAR DE PASO	TIEMPO HASTA ÉL	ALTITUD	DISTANCIA	COORDENADAS UTM
01-Lugo	0h 00min	460 m	0 Km	29T 617655 4762942
02-San Lázaro	0h 25min	375 m	2,1 Km	29T 616325 4761812
03-Seoane	1h 50min	539 m	7,2 Km	29T 612405 4759434
04-Carrigueiros	2h 10min	532 m	8,8 Km	29T 611225 4758419
05-O Burgo	2h 20min	534 m	9,6 Km	29T 610450 4758242
06-Bacurín	3h 20min	561 m	13,2 Km	29T 607157 4757705
07-O Hospital	3h 55min	569 m	15,6 Km	29T 605357 4757370
08-San Pedro de Abaixo	4h 10min	584 m	16,6 Km	29T 604487 4757368
09-San Romao da Retorta	4h 35min	580 m	18,4 Km	29T 602898 4756624
10-Xanaz	4h 40min	572 m	18,9 Km	29T 602912 4756340
11-Sestelo	5h 35min	478 m	22,6 Km	29T 600419 4754627
12-Seixalbos	5h 50min	510 m	23,2 Km	29T 600226 4755066
13-Xende	6h 30min	532 m	25,6 Km	29T 598557 4754469
14-O Paraño	6h 45min	542 m	26,6 Km	29T 597841 4754546
15-Senande	6h 50min	532 m	27,1 Km	29T 597536 4754772
16-Mosteiro	7h 10min	527 m	28,6 Km	29T 596556 4755592

Coordenadas UTM Datúm WGS84

## Perfil de la etapa



# Cartografía



Este esquema con el trayecto es aproximado y ha sido creado a partir de la base cartográfica derivada © Instituto Geográfico Nacional "Cuadrante 072 y 097, 1:50.000"

## La etapa

### De Lugo a O Burgo

La Plaza Mayor de Lugo (0h 00min), donde dimos por finalizada la jornada anterior, es hoy el punto de partida de esta etapa 10 Lugo-San Romao da Retorta. Dejando a nuestra espalda el edificio del ayuntamiento de Lugo ponemos rumbo hacia la agujas de la catedral. Descendemos las escaleras siguiendo la calle que nos saca de la Plaza Mayor, calle que nos lleva al instante a la plaza de Santa María.





**En esta plaza nos encontramos con la primera disyuntiva de esta etapa, elegir cuál de las dos posibles vías de las que se nos presentan ante nosotros decidimos seguir para salir de Lugo. Las marcas vuelven a sugerirnos con mayor hincapié una de las dos opciones, la que sigue la calle de nuestra derecha sin dejarnos visitar la catedral.**

**Esta ruta, algo más larga que la otra posibilidad, nos llevará por lugares cuya primera impresión no aconsejan ser recorridos a determinadas horas del día, aun así los que se decante por este itinerario rápidamente se encontraran en otra pequeña plaza. Una vez en ella los soportales nos guiaran hacia el siguiente desvío al cual no tardamos en llegar.**

**Todas las calles que estamos recorriendo nos recuerdan la cercanía del río Miño que aguarda nuestra llegada. La Rúa do Miño nos conduce en busca de la muralla que rodea la zona antigua de Lugo.**

**Como no podía ser de otra forma es la travesía de Miño la calle que nos llevará hasta la Puerta Miñá por donde este recorrido sale del recinto amurallado. Nada más cruzar la muralla, frente a nosotros tendremos la Rúa do Carme, calle por la que seguiremos tras cruzar la Ronda de la Muralla, avenida que bordea esta histórica construcción.**

**Descendemos siguiendo esta nueva calle que parece llevarnos rápidamente hasta los mismos límites de la ciudad. Nos veremos siguiendo un antiguo camino encajado entre los muros que delimitan los huertos que en esta zona se ubican. El recorrido nos lleva a través de esta desangelada zona de Lugo, repleta de vegetación y haciéndonos pensar que ya dejamos atrás la gran urbe.**

**Nada más lejos de la realidad ya que pronto nuestro camino llega a su fin dejándonos ante la gran avenida que lo obliga a terminar. De pronto nos volvemos a ver caminando por la ciudad, ascendiendo unos metros por esta avenida como si quisiéramos regresar de nuevo al centro de Lugo.**

**Al momento una solitaria concha del Camino Primitivo nos advierte que debemos descender por unas escaleras que nos llevan a la calle sobre la que acabamos de pasar casi sin darnos cuenta.**

**Aquí nos volveremos a unir con los peregrinos que decidieron seguir la otra opción al inicio de la etapa. Estos peregrinos, en la plaza de Santa María donde se divide el recorrido siguieron la pared de la catedral.**



**La plaza Pio XII, guarda celosa la bella portada de la catedral de Lugo, así como la Puerta de Santiago. Esta puerta de la muralla nos servirá para cruzar sus límites y comenzar el recorrido que nos sacará de la ciudad. Nada más cruzar serán varias las calles que nos encontraremos, nosotros, tras buscar el paso de peatones que nos sirva para cruzar la Ronda de la Muralla, comenzaremos el descenso hacia el río siguiendo la Rúa Santiago.**

**Esta calle nos obliga a perder altura dejando a ambos lados las calles con las que nos vamos cruzando. No mucho más abajo nuestra calle parece dividirse en dos, momento en el que nos despediremos de ella para tomar la Rúa Calzada da Ponte, que como su nombre indica nos acercará hasta el puente por donde cruzaremos el río Miño.**

**Pero antes aún nos espera un buen trecho en el que nos uniremos a los peregrinos que siguieron el otro trazado. Nuestra calle cruza bajo la avenida por la que llegaron estos peregrinos y prosigue sin pausa con el descenso.**

**La empedrada calle nos está conduciendo hacia los mismos límites de la ciudad compartiendo espacio con los vehículos que la surcan. Un nuevo túnel se presenta ante nosotros permitiéndonos pasar bajo la antigua nacional VI. De nuevo nos vemos rodeados de edificios que nos ocultan el paisaje que ya habíamos comenzado a contemplar.**

**La Rúa Santiago vuelve a visitarnos al mismo tiempo que llegamos al vetusto puente por donde cruzaremos el río Miño saliendo casi definitivamente de Lugo. Nada más cruzar a la otra orilla del río el itinerario gira bruscamente para remontar su curso.**

**Desde un primer instante la etapa nos deja bien claro sus intenciones, no siendo otras que hacernos seguir el impasible curso de la carretera, permitiéndonos abandonar su compañía en contadas ocasiones. El itinerario nos lleva a pasar junto a un complejo deportivo bastante concurrido.**



**Este complejo precede a nuestra llegada a San Lázaro (0h 25min) que se extiende a lo largo de la carretera. Poco después de pasar junto a la iglesia de San Lázaro llegamos al cruce donde dejaremos ya la cercana compañía del río Miño para comenzar el ascenso que nos separa de su cauce.**

**Por ahora todavía seguimos recorriendo una zona urbanizada, últimos coletazos de la gran ciudad que dejamos a nuestra espalda. Pronto la arboleda sustituye a los edificios envolviéndonos con su manto protector mientras proseguimos el ascenso.**



**Un nuevo cruce nos hace cambiar de rumbo para seguir la carretera que nos lleva hacia el irremediable encuentro con la N-640. Al llegar a su altura vemos con agrado que el Camino Primitivo cuenta con pequeño desvío.**

**Desvío que nos conduce hacia el túnel por donde atravesaremos esta concurrida carretera a salvo de su peligroso tráfico. Ya al otro lado, de las dos carreteras con las que nos encontramos seguiremos la de nuestra izquierda que nos hace retomar el ascenso. Una vez más avanzamos entre las casas de una urbanización, haciendo caso omiso a cuantos caminos nos salen al paso.**

**Al rato un nuevo cruce de carreteras altera nuestra relativa tranquilidad, obligándonos a extremar las precauciones para cruzarlo, ya que nuestro recorrido continúa su inalterable marcha.**

**Una vez salvado este escollo el Camino Primitivo nos obsequia con un pequeño andadero junto a la carretera que nos recuerda a las largas etapas castellanas del Camino Francés. En adelante este andadero se alternara con el asfalto en su misión de guiarnos en esta etapa, sin dejarnos dudar en los diferentes cruces por los que pasaremos.**

**Pasamos junto a las pequeñas aldeas y lugares que pueblan estas tierras sin que el itinerario nos permita conocerlas. No son pocos los cruces que nos vamos encontrando y en todos ellos el andadero nos sirve de clara referencia.**



**La carretera, inseparable compañera, ve como intentamos huir de su compañía para rápidamente regresar a ella sin apenas habernos separado. Nuestro andadero en ocasiones se vale de los antiguos tramos de la vieja carretera para conducirnos hacia nuestro siguiente objetivo.**

**Seoane (1h 50min) pasaría prácticamente desapercibida ante nuestra mirada de no ser por la vieja señal que indica su carretera de acceso. Carretera que por supuesto dejamos atrás para continuar con el por ahora incombustible andadero.**

**Hace tiempo ya que el inconfundible paisaje gallego nos envuelve con su verdor al que se suman los imponentes castaños que jalonan parte del trazado. Pronto llegamos al momento de despedirnos de nuestro amigo el andadero viéndonos abocados a seguir el frío asfalto.**

**Continúan siendo varios los caminos que, a izquierda y derecha, la carretera nos hace dejar atrás. A penas sin darnos cuenta Carrigueiros (2h 10min) pasa ante nuestra mirada mientras atravesamos las cuatro casas que lo componen.**



Casi al mismo tiempo, como si del mismo lugar se tratase a duras penas separado por los verdes pastos, ya podemos contemplar la siguiente localidad de esta etapa hacia la que la carretera nos conduce.

Nos adentramos en O Burgo (2h 20min) sin dejarnos guiar por las opciones que nos invitan a dejar la carretera por la que llegamos. Esta localidad, como en anteriores ocasiones, se extiende siguiendo el curso de la carretera, la cual no debemos abandonar.



## De O Burgo a San Romao da Retorta

Acostumbrados a pequeñas aldeas y lugares de apenas un par de casas O Burgo, una de las mayores localidades que visitaremos en esta etapa, se hace largo de atravesar.

La carretera continúa siendo nuestra ineludible guía, conduciéndonos por la localidad sin margen para dilaciones. De nuevo los verdes campos vuelven a recuperar su dominio sobre el paisaje, compensando en parte el largo tramo de carretera que nos espera. Tramo en el que continuaremos dejando de lado los cruces que siguen saliéndonos al paso.

La suavidad del perfil, en comparación con el de etapas anteriores, junto al perfecto firme que a cambio de su incomoda compañía nos regala la carretera, nos permite avanzar con relativa rapidez. Caminamos con la solitaria compañía de los árboles que alternan su presencia con los pastos, donde con algo de suerte veremos algún que otro animal pastando.

El desnivel sin casi darnos cuenta ha endurecido su exigencia, sin llegar a la de otras ocasiones, pero sí como para no dejarnos tanta comodidad como antes. Alguna que otra solitaria casa nos saca del letargo en el que el recorrido nos había sumido.

Es poco después de una de estas casas cuando llegaremos al desvío que nos arrancará por un tiempo de las manos de la carretera. Este desvío, casi oculto por la vegetación de la sombría zona donde se encuentra, nos llevará a dar un pequeño rodeo para luego devolvernos a la carretera.

Surcamos una zona boscosa, de las típicas que tantas veces hemos recorrido, pero que aún nos parece más bonita al liberarnos de la gris panorámica que llevábamos hasta el momento. Un tramo que recorre los límites de los campos de pastos dejando atrás los caminos y sendas que acceden a ellos.



La encajada silueta de nuestro camino nos sirve de clara referencia a seguir en el caso de llegar a dudar del itinerario correcto. Nuestro idílico paseo finaliza súbitamente al toparse con una nueva carretera. En este mismo punto, frente a nosotros, comienza la carretera que da acceso a la próxima localidad por la que pasa el Camino Primitivo.



Rápidamente nos vemos caminando por las calles de Bacurín (3h 20min), llegando al momento hasta su mismo corazón. Aquí el recorrido gira súbitamente haciéndonos proseguir con el agradable paseo por la aldea. Un antiguo hórreo nos marca el momento de despedirnos de Bacurín.

Encajados entre los muros que separan las últimas casas de la aldea, seguimos el empedrado camino que nos sacará finalmente de ella. De nuevo nos vemos rodeados de naturaleza, dejando a nuestra espalda Bacurín mientras surcamos los campos.

El camino que estamos siguiendo nos lleva directos al encuentro con una pista asfaltada que lo sustituirá en la tarea de llevarnos hacia nuestro destino. Al momento llegamos a una amplia explanada donde la pista gira para dirigirse a la cercana iglesia de San Miguel, despidiéndose del Camino Primitivo que continúa recto.

Tras la aconsejable visita a la iglesia regresamos al camino que para retomar su curso que nos devolverá hasta la carretera. El recorrido vuelve a discurrir envuelto por la vegetación, el estrecho camino está equipado, en algunos tramos, con unas losetas de piedras que nos libran del barro.

Ganamos altura con cada paso mientras atravesamos esta zona boscosa y sus singulares árboles. No son muchos los caminos que nos salen al paso y en cualquier caso el bien delimitado recorrido a seguir deja claro su curso.

Seguimos ascendiendo encajados entre las losetas y taludes que jalonan nuestro camino. La carretera ya se deja intuir, oculta como está de nosotros por la vegetación que nos rodea. Al llegar a su altura retomaremos su compañía la cual ya no abandonaremos, salvo un corto desvío, hasta llegar al final de esta etapa. El asfalto es ahora el encargado de conducirnos correctamente hacia la siguiente localidad por la que tendremos que pasar.

Las suaves ondulaciones del terreno siguen haciéndonos gastar fuerzas para remontar las tendidas rampas que nos vamos encontrando. Una vez más nos vemos recorriendo un paisaje que alterna los verdes prados, las solitarias casas o lugares, con los castaños y demás zonas arboladas.





O Hospital (3h 55min) nos da la bienvenida, sacándonos de la monotonía a la que la carretera nos había inducido. Atravesamos velozmente la aldea siguiendo sin desvíos el curso de nuestra inseparable compañera. Sin apenas darnos cuenta dejamos atrás O Hospital encaminados hacia un nuevo desvío.

En plena curva, a nuestra derecha, comienza un nuevo camino que nos llevará a dar un curioso rodeo sacándonos del asfalto. Este camino describe una especie de parábola, alargando unos cuantos metros el recorrido en comparación con la trayectoria que sigue la carretera. Aun así se agradece en parte el cambio de firme y la despreocupación que supone no encontrarse con el peligroso tráfico que surca la carretera.

Este tramo en continuo ascenso nos lleva encajados por los taludes de tierra que lo delimitan, taludes que en contadas ocasiones dejan un pequeño paso para acceder a los campos que nos rodean.

La vegetación lucha por apoderarse del camino al mismo tiempo que éste nos encamina al reencuentro con la carretera. Una vez más al llegar a su altura retomaremos su curso que ya sí, sin más desvíos nos llevará hasta las mismas puertas de San Romao da Retorta.

Prácticamente al momento de volver a pisar el asfalto nos veremos recorriendo las cuatro casas que forman San Pedro de Abaixo (4h 10min). Esta pequeña aldea ve como los peregrinos pasan veloces por ella, para despedirse de ella rápidamente.



De nuevo nos espera otro tramo de asfalto donde éste nos guiará sin complicaciones, no dejándonos salirnos de su trazado. No son muchos los cruces que nos iremos encontrando al recorrer la relativa corta distancia que nos separa del final de esta etapa del Camino Primitivo.

En todos ellos las marcas del Camino y la carretera se ocupan de marcarnos perfectamente el recorrido a seguir. La iglesia de San Romao ya no solo nos indica la proximidad de la aldea, sino también el lugar donde el Camino vuelve a dividirse dándonos dos opciones a seguir, tanto a los que decidan alargar la etapa como a los que tengan esta aldea como punto de partida para la siguiente.



Mientras que el Camino Primitivo, llamado oficial, sigue recto continuando el rumbo que lleva la carretera, la otra opción conocida como Vía Romana deja el asfalto para adentrarse en la aldea junto a los peregrinos que aquí ponen punto y seguido.



Este camino de tierra nos lleva, tras pasar junto a la iglesia, hasta la pista asfaltada por la que llegaremos al momento hasta San Romao da Retorta (4h 35min), donde finaliza esta etapa. Aunque realmente los peregrinos que den por finalizada aquí la etapa deberán avanzar un poco más en cualquiera de los dos casos, ya que los albergues no se encuentran en la misma aldea sino en la siguiente.

### De San Romao da Retorta a Mosteiro por el Camino oficial

Aquellos que se decidan a prologar la etapa o quienes al día siguiente prefieran seguir por el llamado Camino oficial, deben unos tomar como punto de partida la entrada a San Romao da Retorta en la carretera junto al cementerio y la iglesia de la localidad. Otros desde su lugar de partida volver a enlazar con el Camino oficial por algunos de los caminos que unen estas dos vías como el que comunica Castrelo con Santa Cruz da Retorta. El Camino oficial algo más largo y enrevesado en su parte final, está cayendo en desuso por parte de los peregrinos que a estas desventajas en comparación con la Vía Romana suman la subjetiva fama de mayor belleza que se ha creado entorno a esta última. Ambas vías se unifican en Ponte Ferreira, comarca de Ulloa, o más concretamente en el lugar de Mosteiro, para ya juntos marchar hasta Melide.



Nosotros nos volvemos a enfrentar al asfalto que nos regala nada más empezar el cruce con la carretera entre Friol y Gutín. El itinerario la atraviesa dándonos el primer aviso de la cercanía del Camino Francés, en forma de cartel que nos indica la coincidencia de nuestra marcha con la que lleva hacia Pallas de Rei.





Una vez más la carretera nos lleva directos a pasar por los lugares de Xanaz (4h 40min) y posteriormente Santa Cruz da Retorta. Dejaremos atrás estas aldeas y sus pequeñas capillas para seguir afrontando el largo tramo de carretera sin arcenes, a la que a estas alturas ya estamos acostumbrados.

Seguimos el ondulante recorrido dejando a izquierda y derecha cuantos caminos nos salen al paso. El caprichoso discurrir de la carretera da paso a una larga recta que se extiende más allá de lo que nos alcanza la vista. Antes de llegar al final de esta interminable recta nos toparemos con el camino por el que nos debemos desviar.

Desde aquí nos iremos alejando de la carretera recorriendo un camino de tierra que lucha por no sucumbir cubierto por la vegetación. Descendemos suavemente alejándonos más y más de la carretera.

Una solitaria pista que también parece llegar desde la carretera nos corta el paso obligándonos a cruzarla para seguir con nuestro rumbo. Continuamos descendiendo al mismo tiempo que nuestro camino, casi disuelto por la vegetación en algunos tramos, modifica su orientación como si quisiera devolvernos ya a la carretera.

En esta parte del itinerario no nos topamos con demasiados cruces que nos puedan complicar el progreso y en cualquier caso las rodadas y lo empedrado que empieza a estar nuestro camino nos sirven de referencia en caso de duda.

El regato do Burgo nos permite contemplar el antiguo y maltrecho puente por el que antaño se cruzaba este río. Tras él ya podemos contemplar entre los árboles la cercana aldea hacia la que nos dirigimos. Sestelo (5h 35min) nos saca por un momento de los campos y los bosques que surcamos.



En realidad esta aldea casi ni la rozamos dejando a nuestra izquierda la pista que nos adentraría en ella, mientras pasamos junto a unas cuantas casas que nos advierten de la existencia de este lugar. Ascendemos nuevamente rodeados por la vegetación dejando atrás con cierta rapidez Sestelo. Seguimos con el ascenso con la vista puesta en una solitaria casa hacia la que nos dirigimos.

Después de pasar junto a esta casa el camino que nos trajo hasta ella llega a su fin dejándonos en una pista asfaltada por la que seguiremos bordeando el muro de piedras que delimitan la casa por la acabamos de pasar.



**A su vez esta pista nos lleva casi al instante al cruce con otra pista por la que tenemos que seguir con el ascenso. Esta nueva pista nos lleva directos hasta el mismo centro de Seixalbos (5h 50min).**



**En el mismo corazón de la aldea nos encontramos un nuevo cruce de caminos siendo en esta ocasión el de la izquierda el que usaremos para salir de Seixalbos. Avanzamos por una antigua y maltrecha pista asfaltada que comunica la aldea, de la cual aún pasaremos un par de solitarias casas, con la carretera que abandonamos para seguir este entretenido trayecto.**

**Al llegar a su altura volveremos a seguir el rumbo que ésta nos marca en busca del momento en el que nos despediremos definitivamente de ella. Como en anteriores ocasiones progresamos dejando a nuestra espalda los cruces y caminos que nos vamos encontrando.**

**Al final de una gran recta en descenso llegamos al inicio del camino por el que tenemos que continuar, dejando ya la compañía de la carretera que aún se acercará a nosotros algo más adelante. Seguimos el descenso, ahora recorriendo el amplio camino de tierra que nos lleva a pasar junto a una cantera.**

**El camino parece acabarse adentrándose en una finca, pero si nos fijamos bien llegado ese momento, casi cubierto por la vegetación veremos la continuación del recorrido que se introduce en la espesura del bosque.**

**Al poco de caminar rodeados por los árboles que se alzan entorno a nosotros nos veremos atravesando otro regato, gracias a las enormes piedras que hacen de pasarela sobre el arroyo. Desde aquí nos aguarda una fuerte rampa que nos hará recuperar la altitud perdida.**

**La rampa pierde parte de su fuerte desnivel al verse obligada por el muro de unos campos a variar su rumbo. Seguimos el duro ascenso que afloja su exigencia hasta casi llegar a la siguiente aldea por la que esta etapa nos llevará a pasar.**

**Otra carretera nos corta el paso obligándonos a cruzarla para seguir con la recta trayectoria que nos adentrara en Xende (6 30min). La perfecta pista por la que entramos en la aldea nos conduce a través de Xende haciéndonos atravesarlo de lado a lado. Ya a las afueras de la aldea nuestra pista se bifurca, momento en el que la abandonaremos para despedirnos definitivamente de Xende.**



**Esta parte del recorrido nos lleva, tras pasar junto a unos pabellones agrícolas, a recorrer los límites de un verde prado del que tan solo nos separa la alambrada que lo delimita. El itinerario atraviesa estas tierras describiendo una alargada curva que nos acercará hasta la próxima aldea que conoceremos.**

**Las alambradas son las encargadas de conducir al camino entre los campos y las zonas de árboles que pueblan esta parte del recorrido. Continuamos ganando altura, ahora con mucha más suavidad, acercándonos hacia un nuevo cruce.**

**Justo antes de llegar a él, nuestro camino se divide en dos partes, una que sigue recto hasta llegar a la cercana pista asfaltada y otra por la que seguiremos de ser posible, que se desvía hacia la izquierda cortando la finca para salir rápidamente al encuentro con la misma pista asfaltada que la otra.**

**Esta pista asfaltada, algo deteriorada, es ahora la encargada de encaminarnos hacia nuestro aparente próximo objetivo. Sin más desvíos ya podemos intuir las primeras casas de la aldea que se sitúa frente a nosotros.**



**Unos pabellones son los primeros en recibirnos a nuestra llegada a O Paraño (6h 45min), en este lugar tendremos que estar atentos ya que una vez más el camino pasa de refilón por la aldea sin adentrarnos en ella. La pista sigue hacia la derecha introduciéndose en O Paraño mientras que nosotros nada más pasar el primer pabellón nos desviamos para pasar entre dos grandes árboles.**

**Las marcas algo contradictorias nos llevan a bordear el muro del segundo pabellón que nos recibe a nuestra llegada. El itinerario recorre el muro que lo delimita recorriendo una maltrecha senda que nos llevará directos a las afueras de la aldea.**

**La senda se ve cortada por otra pista, frente a nosotros pero unos metros hacia la izquierda, escondida por la vegetación, veremos la continuación del sendero por el que continuaremos. Los ciclistas que así lo prefieran pueden seguir por la pista para tras pasar por la cercana A Valiña llegar a un nuevo cruce donde seguirán por la derecha ascendiendo la pista que les llevará hasta Senande donde retomaran el trazado oficial.**

**La vegetación en este tramo del recorrido nos recuerda la cada vez menos afluencia de peregrinos por esta vía. El estrecho sendero lucha con las hierbas por no desaparecer, pero nada puede hacer ante la mano del hombre, que lo hace desaparecer engullido por una finca de cultivo.**



**El recorrido se ve obligado a atravesar esta finca casi en línea recta, dejando a nuestra mano derecha las edificaciones de la aldea hacia la que nos dirigiremos tras cruzar la finca. Tras cruzar al otro lado, el terreno se parte en dos con un tramo de ascenso y otro en descenso, nosotros seguiremos por la zona en descenso poniendo rumbo hacia un viejo castaño.**

**En este punto no debemos confundirnos y remontar el talud de tierra, ya que el recorrido continua bordeando la finca encarándonos hacia la aldea. Avanzamos bordeando la finca en busca del cercano árbol que nos indica el lugar donde se ubica la escondida pasarela de piedra por la que podremos cruzar el regato que llevamos a nuestra derecha.**



**Esta estrecha senda nos lleva directamente a la aldea, dejándonos en la pista que nos adentrará en ella. Senande (6h 50min) viene a liberarnos de este enmarañado tramo, una de las razones de la caída en desgracia de este trazado. Cruzamos la aldea ascendiendo la pista asfaltada que nos saca velozmente de Senande.**

**La carretera que nos acompañó desde Lugo se acerca a nosotros como si quisiera saludarnos de nuevo, pero antes de llegar hasta ella nos toparemos con el embaldosado camino que el itinerario sigue sin dejarnos reunirnos con nuestra antigua compañera. Rápidamente este nuevo camino se bifurca, debiendo seguir el camino de la derecha de los dos que surgen en este punto. La vegetación que crece sobre los muros que jalonan el camino casi nos llega a ocultar el paisaje que nos rodea. El camino, sin más desvíos que nos sorprendan, continúa en suave ascenso acercándonos hacia nuestro siguiente objetivo.**

**Como no podía ser de otra manera una nueva carretera corta de raíz nuestra tranquilidad. El recorrido la cruza dirigiéndose hacia un imponente castaño, haciéndonos bordear los muros de una casa. Volvemos a vernos caminando sobre una buena pista de tierra pasando junto a un viejo hórreo y dejando tras nosotros esta agradable zona del recorrido.**



**El itinerario al dejar esta zona abandona el camino y sigue recto convertido en una enmarañada senda rodeada de árboles. El recorrido gana y pierde anchura al mismo tiempo que la vegetación gana o pierde terreno. La senda nos lleva al encuentro de un nuevo camino que ya nos deja intuir el lugar hacia el que nos dirigimos. El lugar de Mosteiro (7h 10min) es el punto de unión de las dos vías que parten desde San Romao da Retorta.**





---

La ruta puede variar mucho en función de la época del año y de las condiciones meteorológicas. SENDITUR no se responsabiliza de cualquier mal uso de sus guías y recomienda que cada uno sea responsable y prudente en la realización de la actividad. La ruta ha sido realizada sobre el terreno por SENDITUR. Igualmente, te invitamos a documentarte con guías especializadas y libros para complementar la información descrita. Todos los tiempos son efectivos y toman un carácter orientativo, no se han tenido en cuenta las paradas. Antes de realizar cualquier ruta, valora tus conocimientos técnicos, tú forma física, infórmate sobre la meteorología y las variaciones que hubiera podido sufrir la ruta, equípate correctamente, sé prudente y responsable en todo momento, no sobrepasando tus capacidades. Desde el compromiso de SENDITUR con la Naturaleza y el respeto al equilibrio del medioambiente, SENDITUR te insta a viajar de una forma responsable, con bajo impacto ambiental y respetando en todo momento el entorno Natural, Cultural y Social de allí por donde pases. Para cualquier sugerencia, SENDITUR te invita a enviar un correo a [info@senditur.com](mailto:info@senditur.com)

