

Quatrième mois sur les chemins de Compostelle et d'ailleurs



Du 4 juillet au 3 août 2025, un troisième mois de Fiame dans les Asturies à Malpica en Galice en suivant le Camino del Norte jusqu'à Ribadeo, le Camino del Mar jusqu'à Ferrol, le Camino Inglés jusqu'à Betanzos et notre propre chemin (le « Camino de los Jubilados ») jusqu'à Malpica.

Eric van der Vlist et Gisèle Boussagol

Une destination n'est jamais un
lieu, mais une nouvelle façon de
voir les choses.

— Henry Miller

Crédits

Photos, textes et conception : Eric van der Vlist et Gisèle Boussagol

Photos de la liste d'oiseaux : Wikimedia

Cartes : OpenStreetMap

Principaux logiciels : WordPress (et extensions), whoBIRD, Firefox, ...



La fin du troisième mois nous avait laissé en dehors du Camino del Norte pour une visite au cap Peñas et la première étape de ce quatrième mois nous a ramenés sur le ~~droit~~ chemin Camino à Avilès.

Nous avons continué à suivre le Camino del Norte sans hésiter à lui faire des infidélités quand nous le trouvions trop loin de la côte, comme à Cudillero ou au cap Vidio.

Il nous a amené jusqu'à Ribadeo, point d'entrée en Galice où il quitte définitivement la côte pour rejoindre Saint-Jacques-de-Compostelle par les terres.

Nous avons préféré continuer à suivre la côte par un chemin jacquaire moins connu (nous n'avons vu qu'une seule balise entre Ribadeo et Ferol) : le Camino del Mar.

A Ribadeo, nous avons essayé de soigner une légère infection sur mes pieds par des huiles essentielles diluées, cela a provoqué une allergie spectaculaire et quand nous sommes arrivés à Foz je ne pouvais plus enfiler mes chaussures.

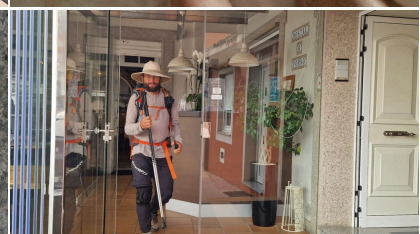
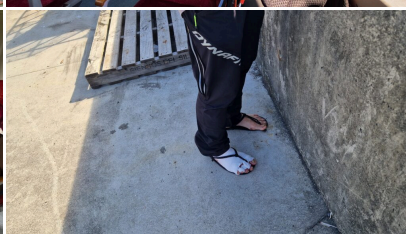
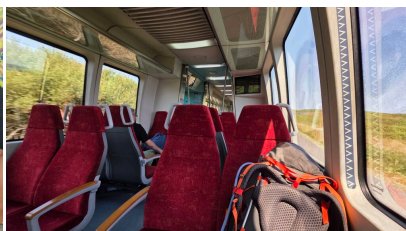
Nous avons réservé nos hébergements plusieurs jours à l'avance (haute saison oblige), nous ne pouvions pas trop nous arrêter et nous avons utilisé les transports en commun (train, bus et taxi) pendant quatre étapes.

Le cinquième jour était un jour de repos à Porto do Barqueiro, le traitement prescrit par le centre de santé de San Cibrao avait fait son effet, j'ai pu faire une petite randonnée d'essai et le lendemain nous sommes repartis sur nos quatre pieds.

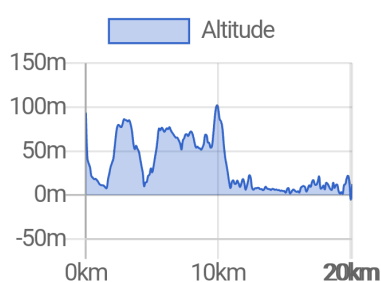
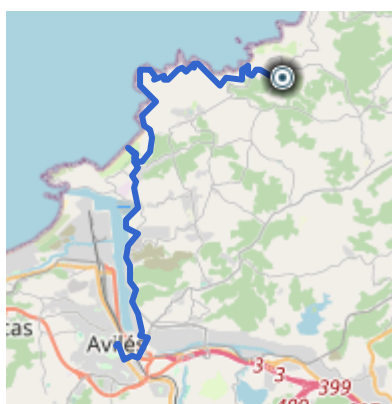
Nous avons suivi la côte jusqu'à Ferol en passant notamment par la Sera da Capelada, un petit massif qui culmine à 600m et possède les plus hautes falaises sur la mer d'Europe occidentale et le très beau cap Ortegal.

Ferol marque la fin du Camin del Mar et les rias successives de Ferol, Betanzos et la Corogne ne permettent pas de suivre la côte facilement.

Nous avons emprunté le Camino Inglés pendant deux étapes jusqu'à Betanzos et l'avons délaissé pour suivre notre propre chemin qui rejoint la côte après la Corogne que nous connaissions déjà et la suit jusqu'à Malpica où nous arrivons au terme de ce quatrième mois.



Avilès (4 juillet 2025)



Distance totale : **20.21 km**

Altitude maximale : **104 m**

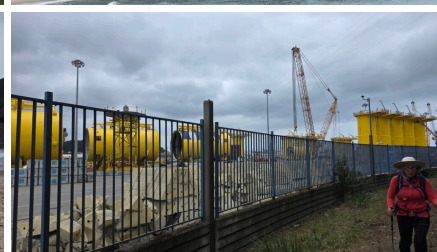
Altitude minimale : **-5 m**

Dénivelé positif : **530 m**

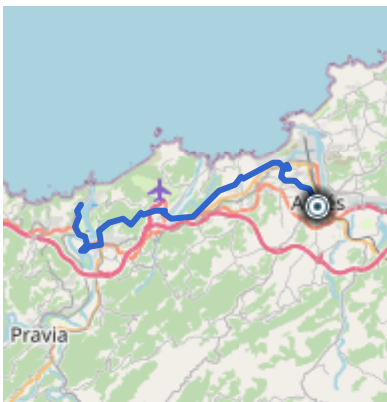
Dénivelé négatif : **-616 m**



Une étape contrastée (beau début, entrée dans Avilès pénible et vieille ville superbe) pour rejoindre le Camino del Norte après un détour de quatre jours.



San Esteban de Pravia (5 juillet 2025)



Distance totale : **24.34 km**

Altitude maximale : **181 m**

Altitude minimale : **1 m**

Dénivelé positif : **670 m**

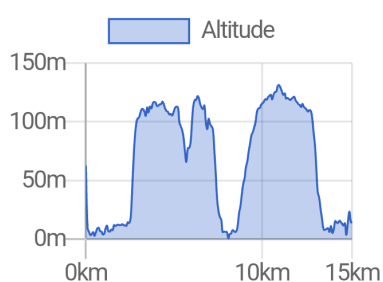
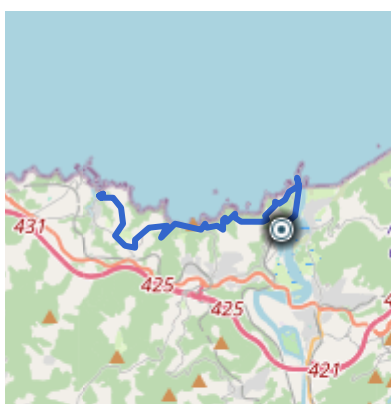
Dénivelé négatif : **-676 m**



Une étape sur le Camino del Norte pour quitter Avilès et rejoindre la côte dans le petit port de San Esteban de Pravia.



Cudillero (6 juillet 2025)



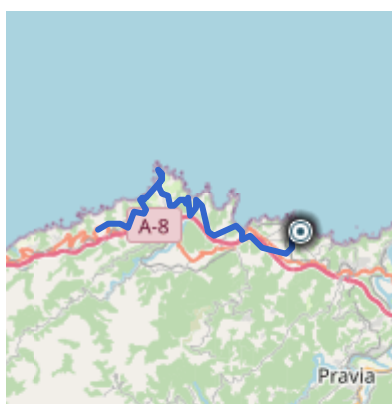
Distance totale : **15.18 km**
Altitude maximale : **132 m**
Altitude minimale : **0 m**
Dénivelé positif : **511 m**
Dénivelé négatif : **-561 m**



Une courte et belle étape pour rejoindre et visiter le village très pittoresque de Cudillero.



Le cap Vidio (7 juillet 2025)



Distance totale : **27.56 km**

Altitude maximale : **193 m**

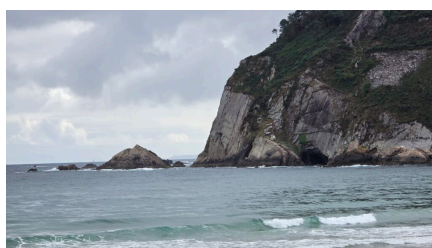
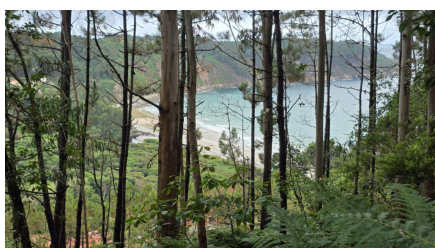
Altitude minimale : **2 m**

Dénivelé positif : **956 m**

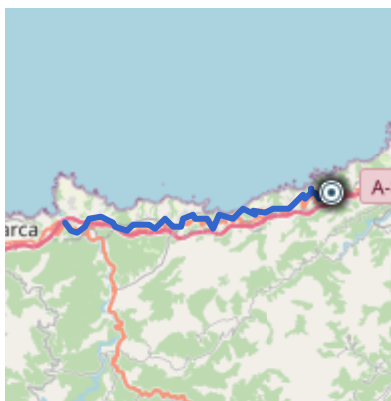
Dénivelé négatif : **-897 m**



Une très belle étape allongée à plaisir pour aller voir le cap Vidio.



Canero (8 juillet 2025)



Une étape agréable pour venir dormir quasiment sous le viaduc de l'autoroute. Les toitures en ardoise et non plus en tuiles rondes annoncent la Galice...



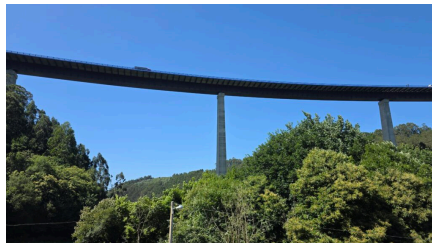
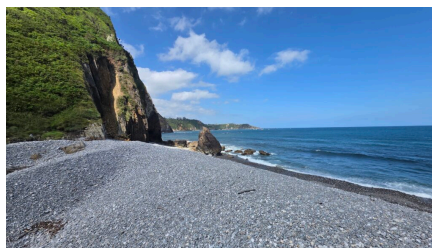
Distance totale : **24.79 km**

Altitude maximale : **139 m**

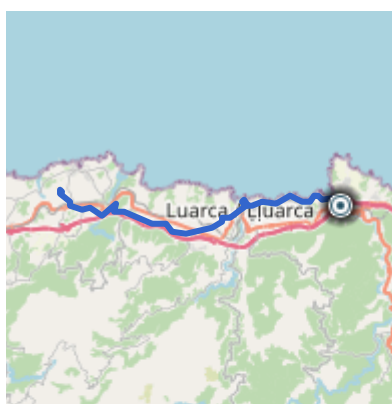
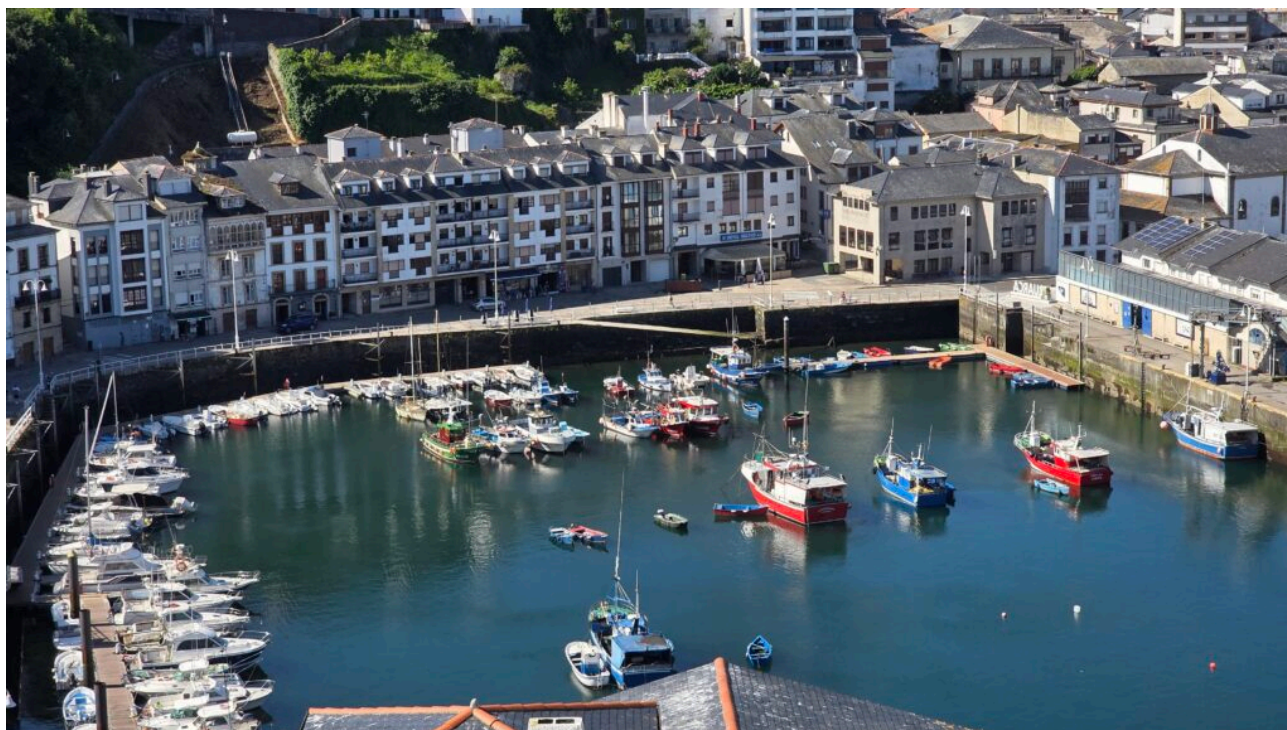
Altitude minimale : **-1 m**

Dénivelé positif : **842 m**

Dénivelé négatif : **-959 m**



Villapedre (via Lluarçà) (9 juillet 2025)



Une belle étape mixte : sentiers côtiers le matin pour rejoindre Lluarçà et Camino del Norte l'après midi jusqu'à Villapedre.



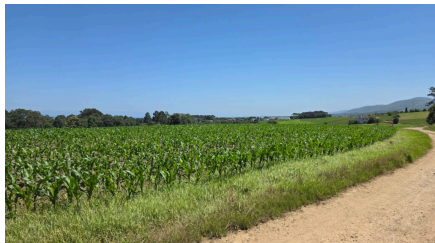
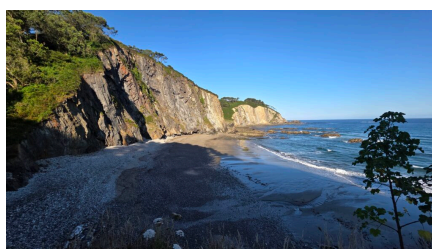
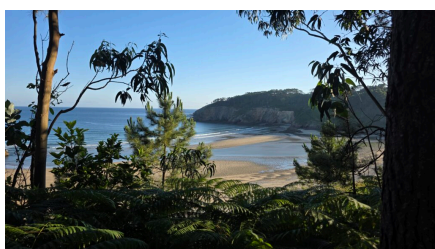
Distance totale : **26.22 km**

Altitude maximale : **191 m**

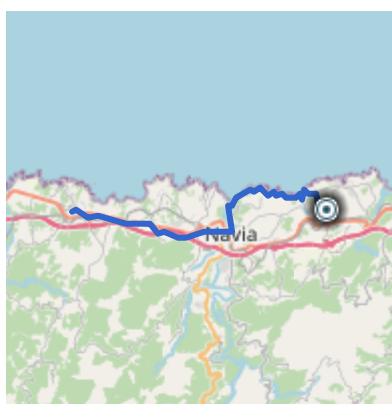
Altitude minimale : **-16 m**

Dénivelé positif : **957 m**

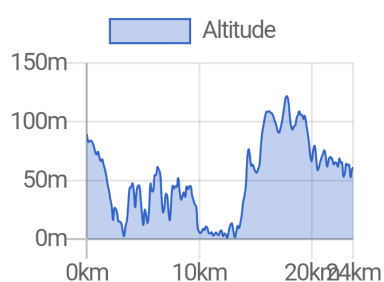
Dénivelé négatif : **-885 m**



La Caridad (via Navia) (10 juillet 2025)



Une nouvelle étape mixte : sentier côtier le matin et Camino del Norte l'après-midi pour profiter de la beauté de la côte et du caractère plus « roulant » du Camino.



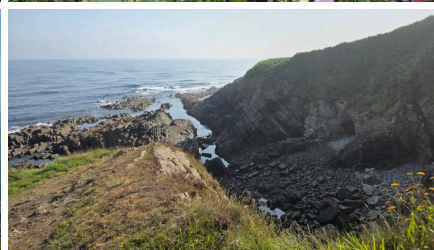
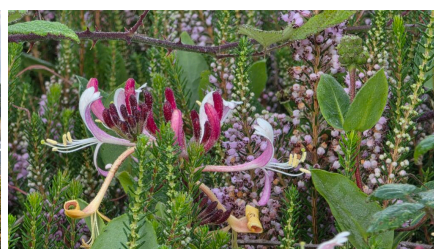
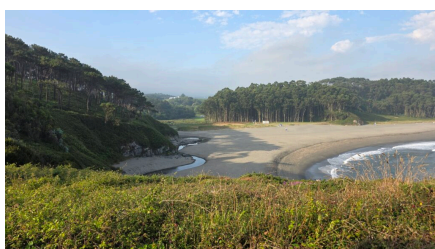
Distance totale : **23.78 km**

Altitude maximale : **123 m**

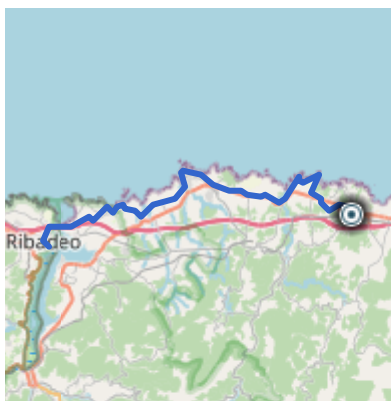
Altitude minimale : **-31 m**

Dénivelé positif : **753 m**

Dénivelé négatif : **-777 m**



Bienvenue en Galice (11 juillet 2025)



Distance totale : **29.37 km**

Altitude maximale : **120 m**

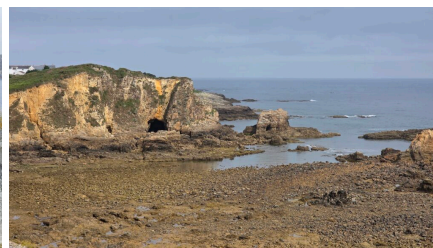
Altitude minimale : **2 m**

Dénivelé positif : **624 m**

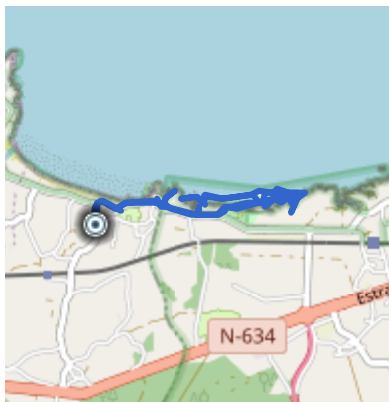
Dénivelé négatif : **-697 m**



Une étape où nous avons suivi les conseils de notre hôte pour faire deux détours par la côte et arriver en Galice en fin de journée.



La plage des cathédrales (12 juillet 2025)



Distance totale : **8.13 km**

Altitude maximale : **67 m**

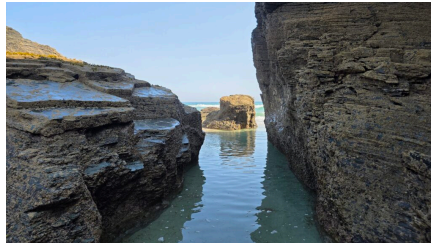
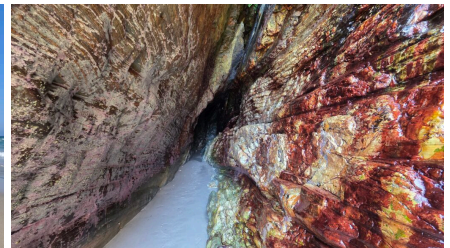
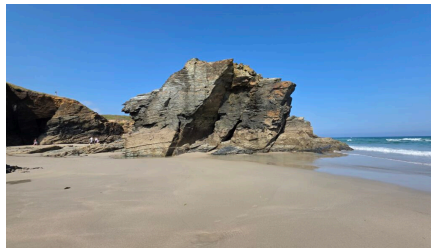
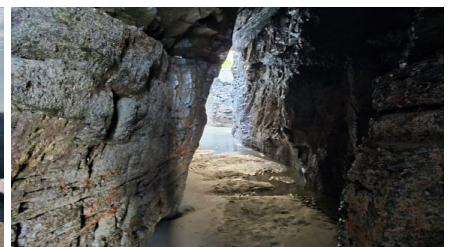
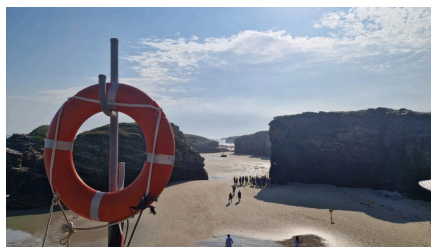
Altitude minimale : **-1 m**

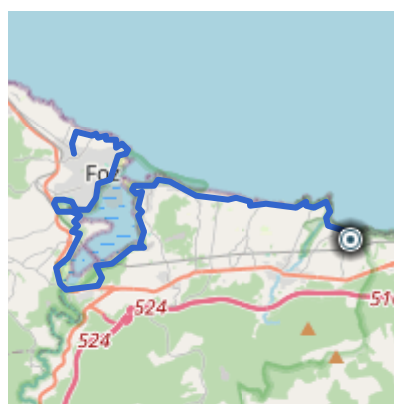
Dénivelé positif : **137 m**

Dénivelé négatif : **-199 m**



Nous entamons notre parcours sur le Camino del Mar par une journée de repos à la plage des cathédrales.





Distance totale : **25.48 km**

Altitude maximale : **76 m**

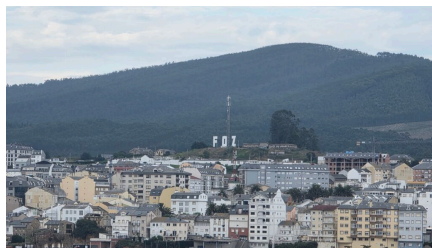
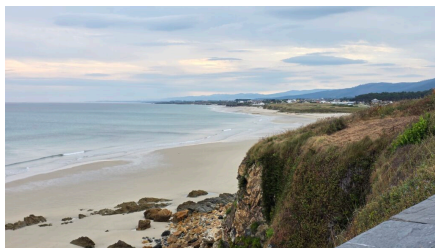
Altitude minimale : **-8 m**

Dénivelé positif : **550 m**

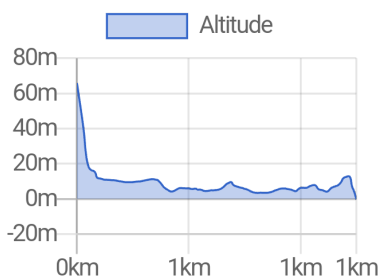
Dénivelé négatif : **-593 m**



Une première étape sur le Camino del Mar le long de la côte et de la ria de Foz.



San Cibrao (en train) (14 juillet 2025)



Distance totale : **1.25 km**

Altitude maximale : **66 m**

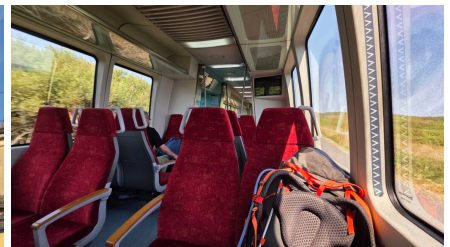
Altitude minimale : **-0 m**

Dénivelé positif : **25 m**

Dénivelé négatif : **-94 m**



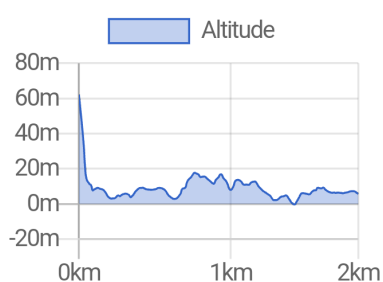
Une étape en train pour aller faire soigner mes pieds au centre de santé de San Cibrao.



Xove (en taxi) (15 juillet 2025)



Une deuxième étape de transfert, en taxi cette fois-ci, pour rejoindre Xove après un nouveau passage au centre de santé pour contrôler l'état de mes pieds.



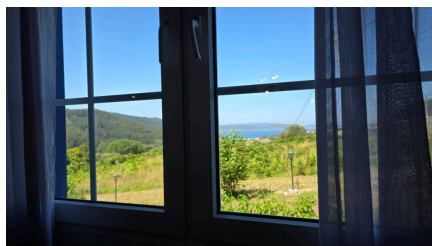
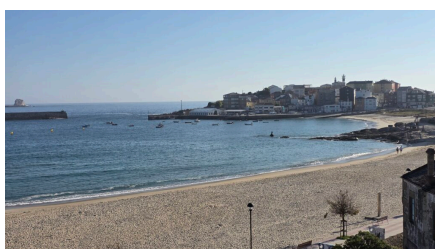
Distance totale : **1.84 km**

Altitude maximale : **62 m**

Altitude minimale : **-0 m**

Dénivelé positif : **56 m**

Dénivelé négatif : **-113 m**



San Romàn (taxi et bus) (16 juillet 2025)



Distance totale : **3.34 km**

Altitude maximale : **64 m**

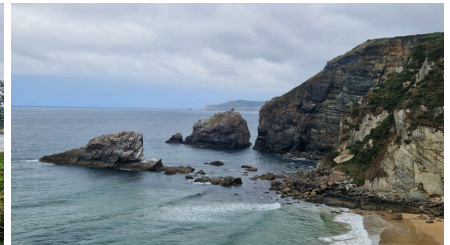
Altitude minimale : **-27 m**

Dénivelé positif : **202 m**

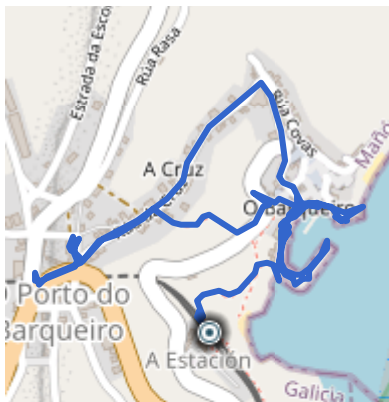
Dénivelé négatif : **-273 m**



Nouvelle étape en transports en commun pour rejoindre San Romàn en visitant Viveiro au passage.



Porto do Barqueiro (en train) (17 juillet 2025)



Longue étape en train (4 heures d'attente pour 11 minutes de train) jusqu'au très pittoresque port de Porto do Barqueiro.



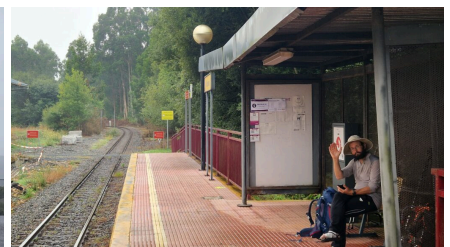
Distance totale : **3.02 km**

Altitude maximale : **69 m**

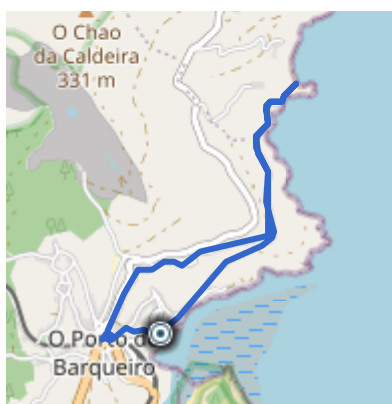
Altitude minimale : **2 m**

Dénivelé positif : **119 m**

Dénivelé négatif : **-135 m**



Repos à Porto do Barqueiro (18 juillet 2025)



Distance totale : **6.46 km**

Altitude maximale : **97 m**

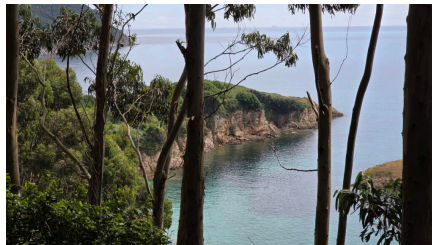
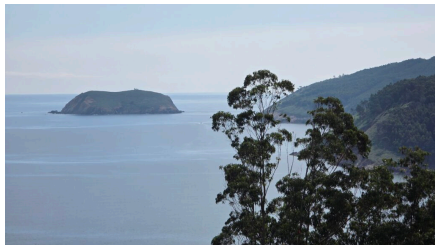
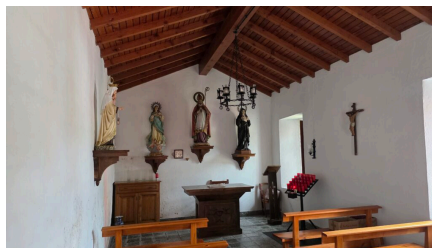
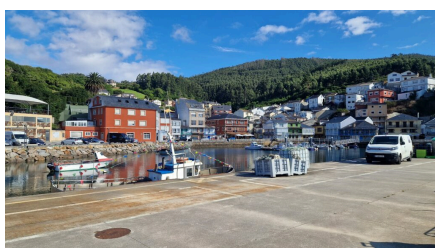
Altitude minimale : **4 m**

Dénivelé positif : **252 m**

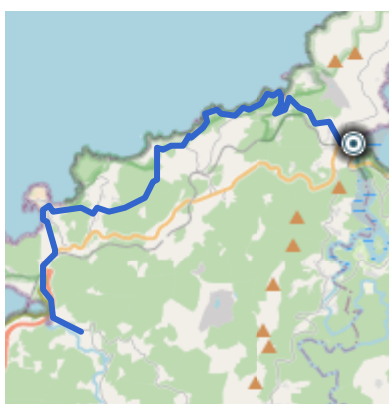
Dénivelé négatif : **-309 m**



Un jour de repos, planifié de longue date, pour tester mes pieds convalescents sur une petite randonnée.



O Baleo via Espasante (19 juillet 2025)



Distance totale : **20.26 km**

Altitude maximale : **133 m**

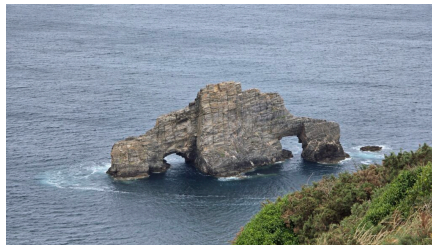
Altitude minimale : **-1 m**

Dénivelé positif : **595 m**

Dénivelé négatif : **-632 m**



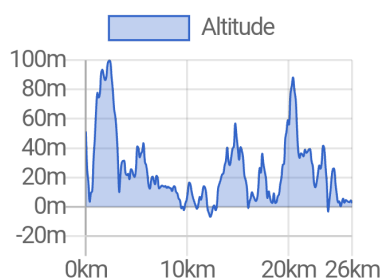
Pour cette reprise, une très belle étape côtière et une visite surprise à la « PorcoPride » de O Porto de Espasante.



Cariño (20 juillet 2025)



Une étape de transition pour faire le tour de la ria de Ortigueira en essayant de minimiser les passages sur la nationale.



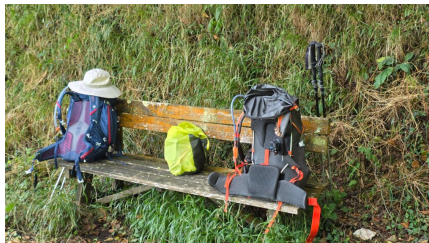
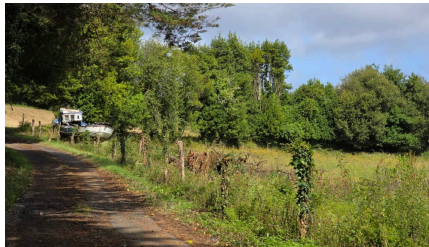
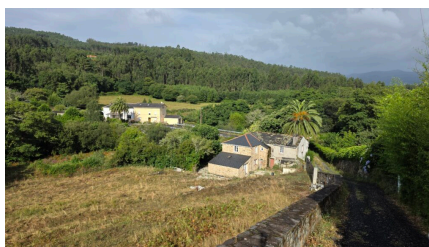
Distance totale : **26.31 km**

Altitude maximale : **101 m**

Altitude minimale : **-8 m**

Dénivelé positif : **751 m**

Dénivelé négatif : **-796 m**



A Miranda et cap Ortegal (21 juillet 2025)



Distance totale : **27.96 km**

Altitude maximale : **494 m**

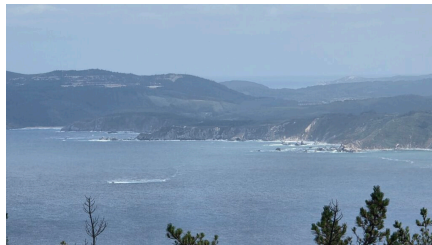
Altitude minimale : **-7 m**

Dénivelé positif : **1030 m**

Dénivelé négatif : **-1085 m**



Une journée de repos mise à profit pour randonner du point de vue d'A Miranda au cap Ortegal.



San Andrès de Teixido (22 juillet 2025)



Distance totale : **20.85 km**

Altitude maximale : **602 m**

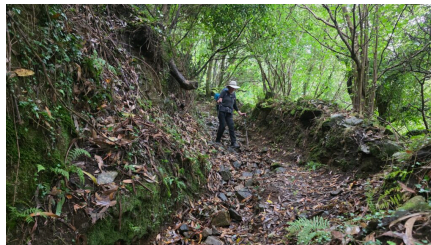
Altitude minimale : **3 m**

Dénivelé positif : **912 m**

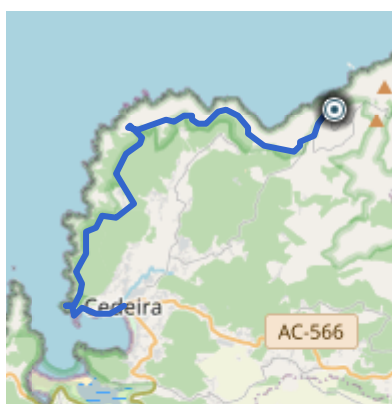
Dénivelé négatif : **-758 m**



Une étape dans les nuages (pluie, vent et brouillard) pour arriver au sanctuaire de San Andrès de Teixido.



Cedeira (23 juillet 2025)



Distance totale : **19.7 km**

Altitude maximale : **380 m**

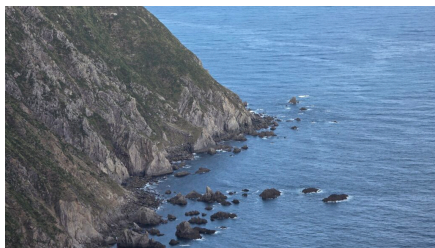
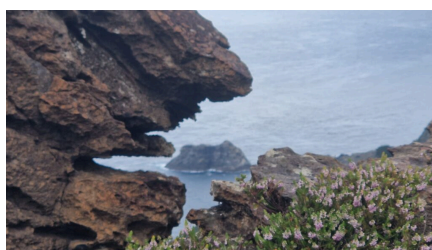
Altitude minimale : **-2 m**

Dénivelé positif : **743 m**

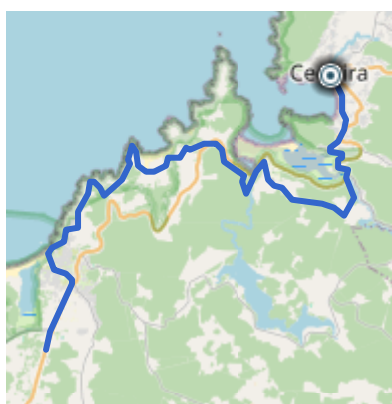
Dénivelé négatif : **-968 m**



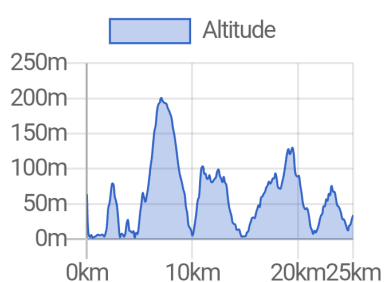
Une deuxième étape pour découvrir les magnifiques falaises de la Serra da Capelada cachées par les nuages hier.



Valdoviño (24 juillet 2025)



Une belle étape côtière le long du Camino del Mar dont nous avons un peu adapté le parcours pour éviter la nationale.



Distance totale : **25.37 km**

Altitude maximale : **203 m**

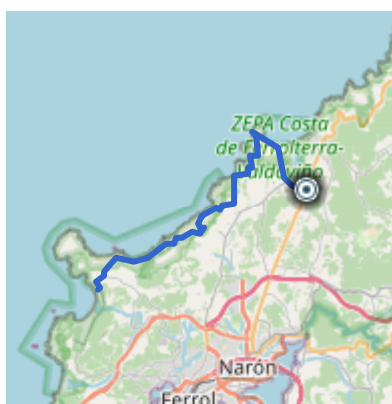
Altitude minimale : **-0 m**

Dénivelé positif : **879 m**

Dénivelé négatif : **-908 m**



2000 km de « caminos » (25 juillet 2025)



Une nouvelle étape de côte avec son lot de paysages superbes où nous dépassons les 2000 km depuis notre départ de Montpellier.



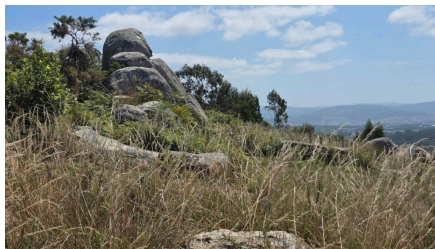
Distance totale : **25.83 km**

Altitude maximale : **205 m**

Altitude minimale : **0 m**

Dénivelé positif : **724 m**

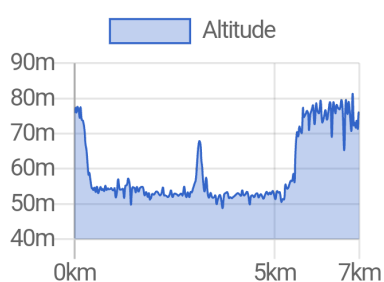
Dénivelé négatif : **-803 m**



Repos « glamping » à Cobas (26 juillet 2025)



Une vraie journée de repos au camping et sur la belle plage de San Xurxo.



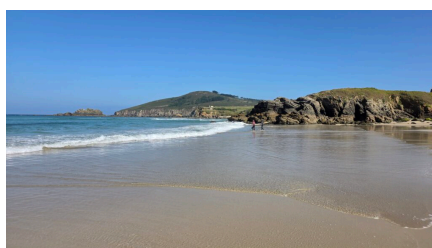
Distance totale : **7.12 km**

Altitude maximale : **81 m**

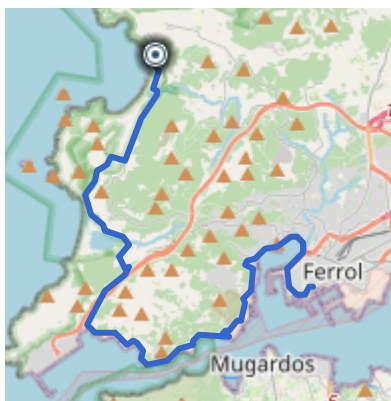
Altitude minimale : **48 m**

Dénivelé positif : **321 m**

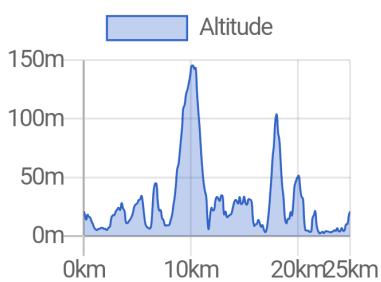
Dénivelé négatif : **-322 m**



Ferrol (27 juillet 2025)



Une dernière étape sur le Camino del Mar pour rejoindre Ferrol, point de départ du Camino Inglés.



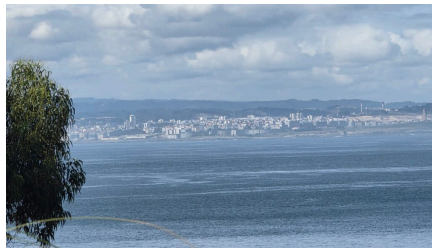
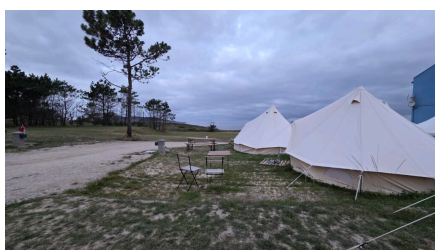
Distance totale : **24.95 km**

Altitude maximale : **148 m**

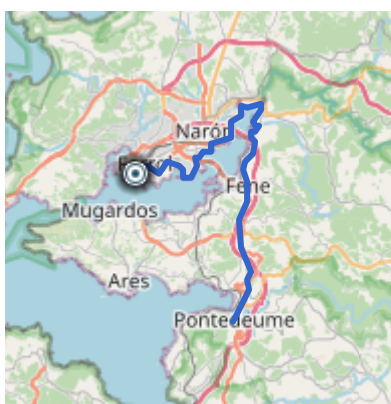
Altitude minimale : **2 m**

Dénivelé positif : **719 m**

Dénivelé négatif : **-719 m**



Pontedeume (28 juillet 2025)



Distance totale : **30.12 km**

Altitude maximale : **182 m**

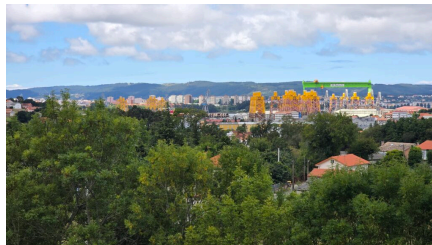
Altitude minimale : **-24 m**

Dénivelé positif : **823 m**

Dénivelé négatif : **-882 m**



Une première étape sur le Camino Inglés pour contourner la ria de Ferrol et rejoindre celle de Betanzos à Pontedeume.



Betanzos (29 juillet 2025)



Deuxième et dernière étape sur un Camino Inglés où nous rencontrons beaucoup de pèlerins pour rejoindre la belle ville de Betanzos.



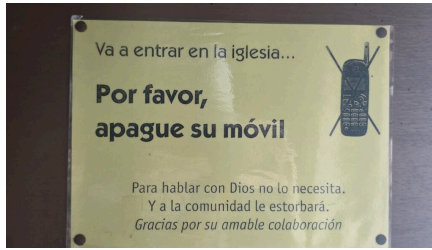
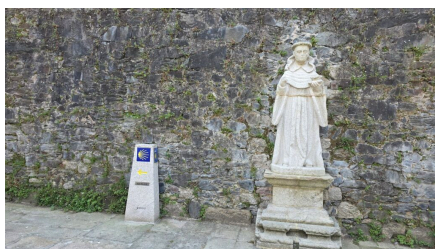
Distance totale : **21.96 km**

Altitude maximale : **168 m**

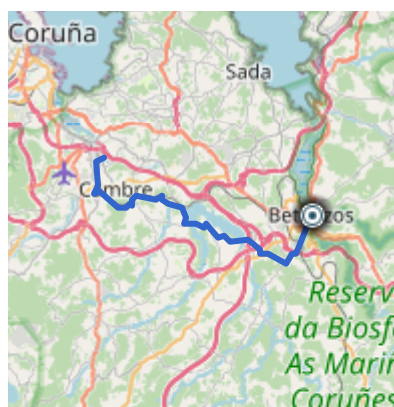
Altitude minimale : **-2 m**

Dénivelé positif : **792 m**

Dénivelé négatif : **-837 m**



Aéroport de la Corogne (30 juillet 2025)



Une étape où nous troquons le Camino Inglés pour le Paseo Fluvial do Rio Mero qui nous amène dans la verdure jusqu'à un hôtel de l'aéroport de la Corogne.



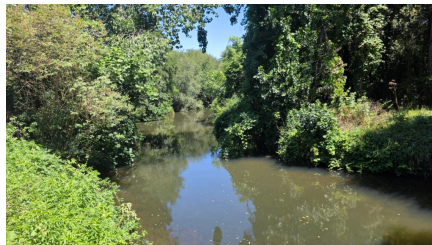
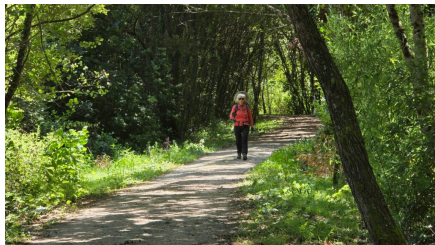
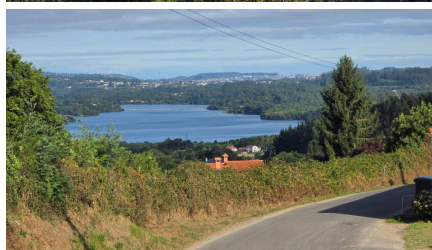
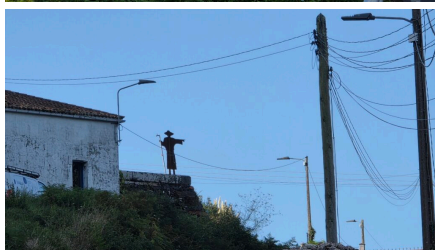
Distance totale : **22.36 km**

Altitude maximale : **168 m**

Altitude minimale : **-8 m**

Dénivelé positif : **638 m**

Dénivelé négatif : **-732 m**



Arteixo (31 juillet 2025)



Une étape de transition pour rejoindre la côte en contournant la ville de La Corogne que nous connaissons déjà.



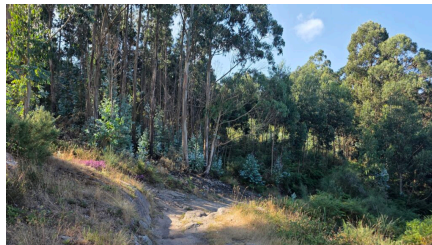
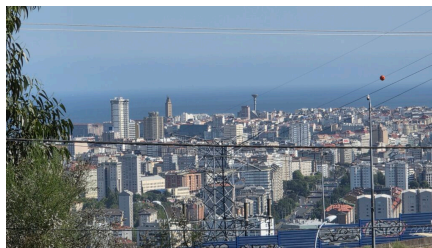
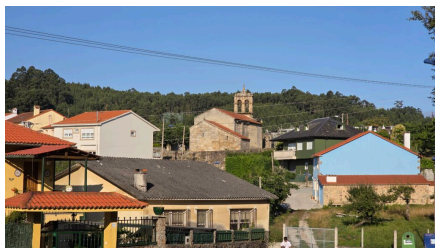
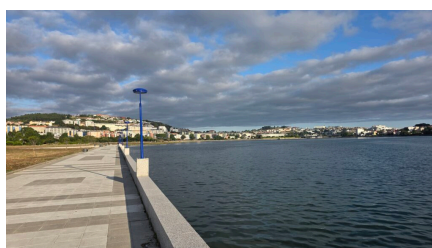
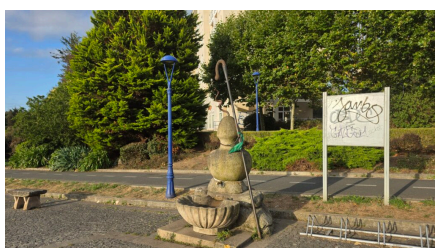
Distance totale : **19.22 km**

Altitude maximale : **205 m**

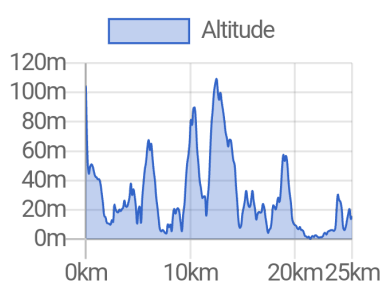
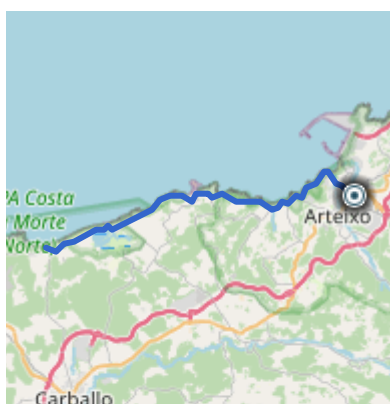
Altitude minimale : **-0 m**

Dénivelé positif : **632 m**

Dénivelé négatif : **-603 m**



Arnados (1 août 2025)



Distance totale : **25.52 km**

Altitude maximale : **109 m**

Altitude minimale : **-2 m**

Dénivelé positif : **644 m**

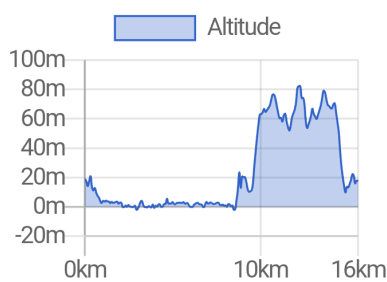
Dénivelé négatif : **-734 m**



Une étape où nous retrouvons la mer et arrivons sur la « côte de la mort » que nous suivons jusqu'au village d'Arnados.



Repos à Arnados (2 août 2025)



Distance totale : **15.57 km**

Altitude maximale : **84 m**

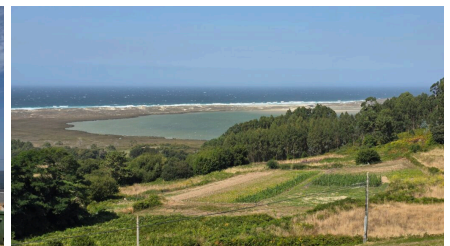
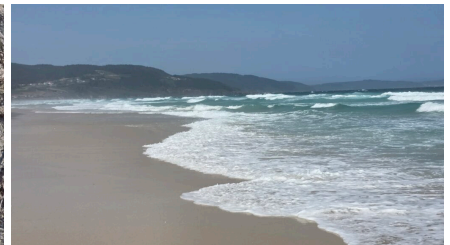
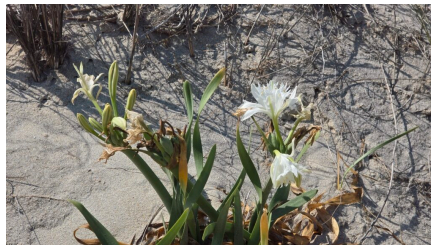
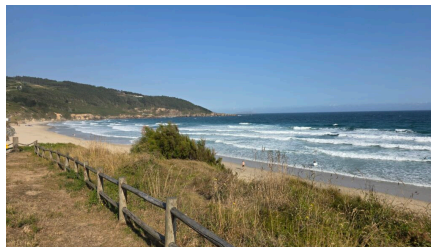
Altitude minimale : **-2 m**

Dénivelé positif : **287 m**

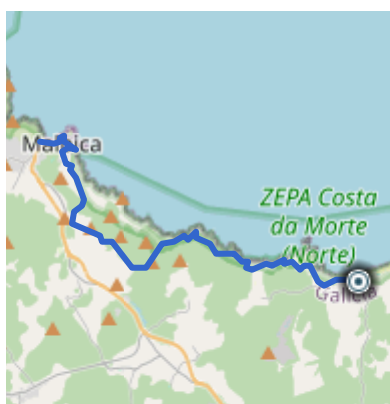
Dénivelé négatif : **-288 m**



Une journée de repos ventée où nous marchons sur la plage avant de prendre un peu de hauteur.



Malpica (3 août 2025)



Une étape pour rejoindre Malpica, point de départ du « Camino dos Faros » que nous suivrons jusqu'à Fistera... autant que les incendies en cours nous le permettrons !



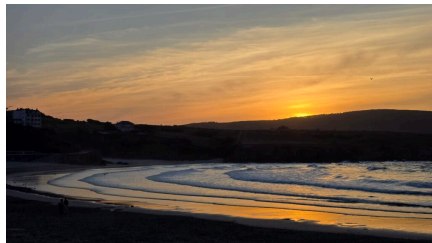
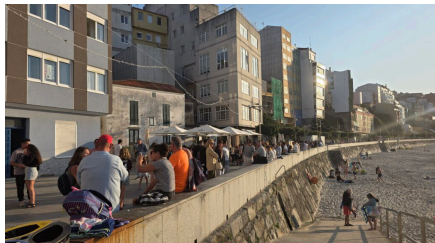
Distance totale : **17.83 km**

Altitude maximale : **167 m**

Altitude minimale : **-3 m**

Dénivelé positif : **673 m**

Dénivelé négatif : **-735 m**



Le camino

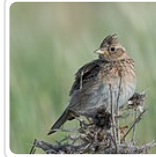
Les marques, témoignages et autres signes que l'on trouve le long des chemins font partie du folklore jacquaire !



Nous avons entendu et identifié les oiseaux suivants avec l'application whoBIRD :



Mésange à longue queue
Aegithalos caudatus



Alouette des champs
Alauda arvensis



Martin-pêcheur d'Europe
Alcedo atthis



Martinet noir
Apus apus



Buse variable
Buteo buteo



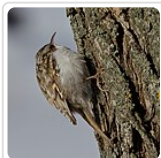
Buse à queue rousse
Buteo jamaicensis



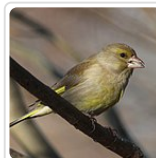
Chardonneret élégant
Carduelis carduelis



Grimpereau des jardins
Certhia brachydactyla



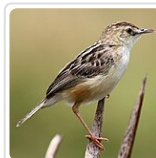
Grimpereau des bois
Certhia familiaris



Verdier d'Europe
Chloris chloris



Mouette rieuse
Chroicocephalus ridibundus



Cisticole des joncs
Cisticola juncidis



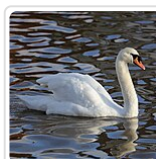
Gros-bec casse-noyaux
Coccothraustes coccothraustes



Corneille noire
Corvus corone



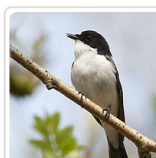
Mésange bleue
Cyanistes caeruleus



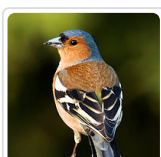
Cygne tuberculé
Cygnus olor



Rouge-gorge familier
Erithacus rubecula



Gobemouche noir
Ficedula hypoleuca



Pinson des arbres
Fringilla coelebs



Hirondelle rustique
Hirundo rustica



Goéland argenté

Larus argentatus



Goéland brun

Larus fuscus



Goéland leucophée

Larus michahellis



Linotte mélodieuse

Linaria cannabina



Bergeronnette printanière

Motacilla flava



Moineau domestique

Passer domesticus



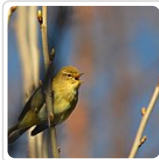
Mésange noire

Periparus ater



Rossignol des murailles

Phoenicurus ochruros



Pouillot véloce

Phylloscopus collybita



Pouillot ibérique

Phylloscopus ibericus



Pie bavarde

Pica pica



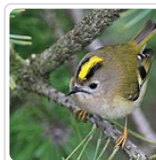
Pic de Sharpe

Picus sharpei



Roitelet à triple bandeau

Regulus ignicapilla



Roitelet huppé

Regulus regulus



Tarier pâtre

Saxicola rubicola



Serin cini

Serinus serinus



Sittelle torchepot

Sitta europaea



Tarin des aulnes

Spinus spinus



Tourterelle turque

Streptopelia decaocto



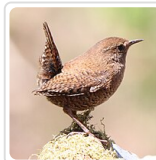
Fauvette à tête noire

Sylvia atricapilla



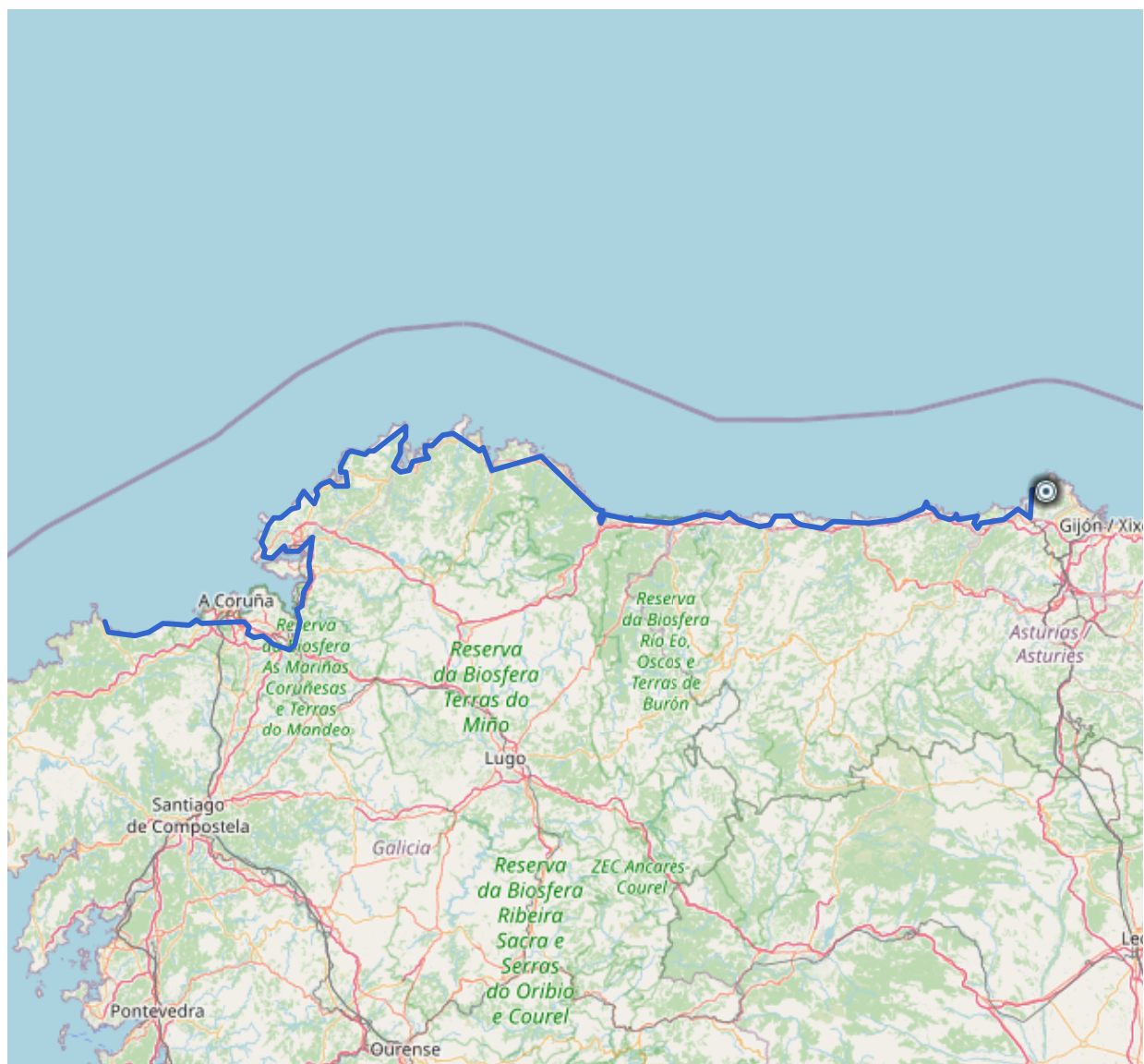
Chevalier aboyeur

Tringa nebularia

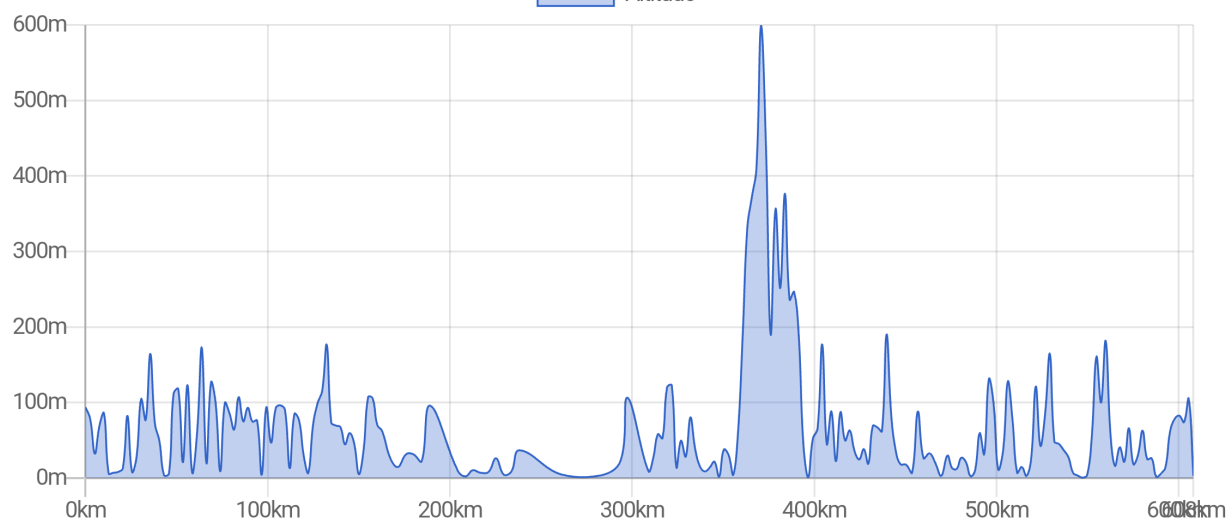


Troglodyte mignon

Troglodytes troglodytes



Altitude



Distance totale : **609.97 km**

Altitude maximale : **602 m**

Altitude minimale : **-31 m**

Dénivelé positif : **18928 m**

Dénivelé négatif : **-19006 m**