Lerne **Spanien** kennen, entdecke galicia

Inhaltsverzeichnis

Galicien.....4

Strände.....6

Bezaubernde Inseln.....12

Kulturerbe.....16

Jakobsweg 26

Gastronomie 28

Feste & Feiern 34

Magisches Land.....36

Gesundheit & Freizeit 38

Shopping 42

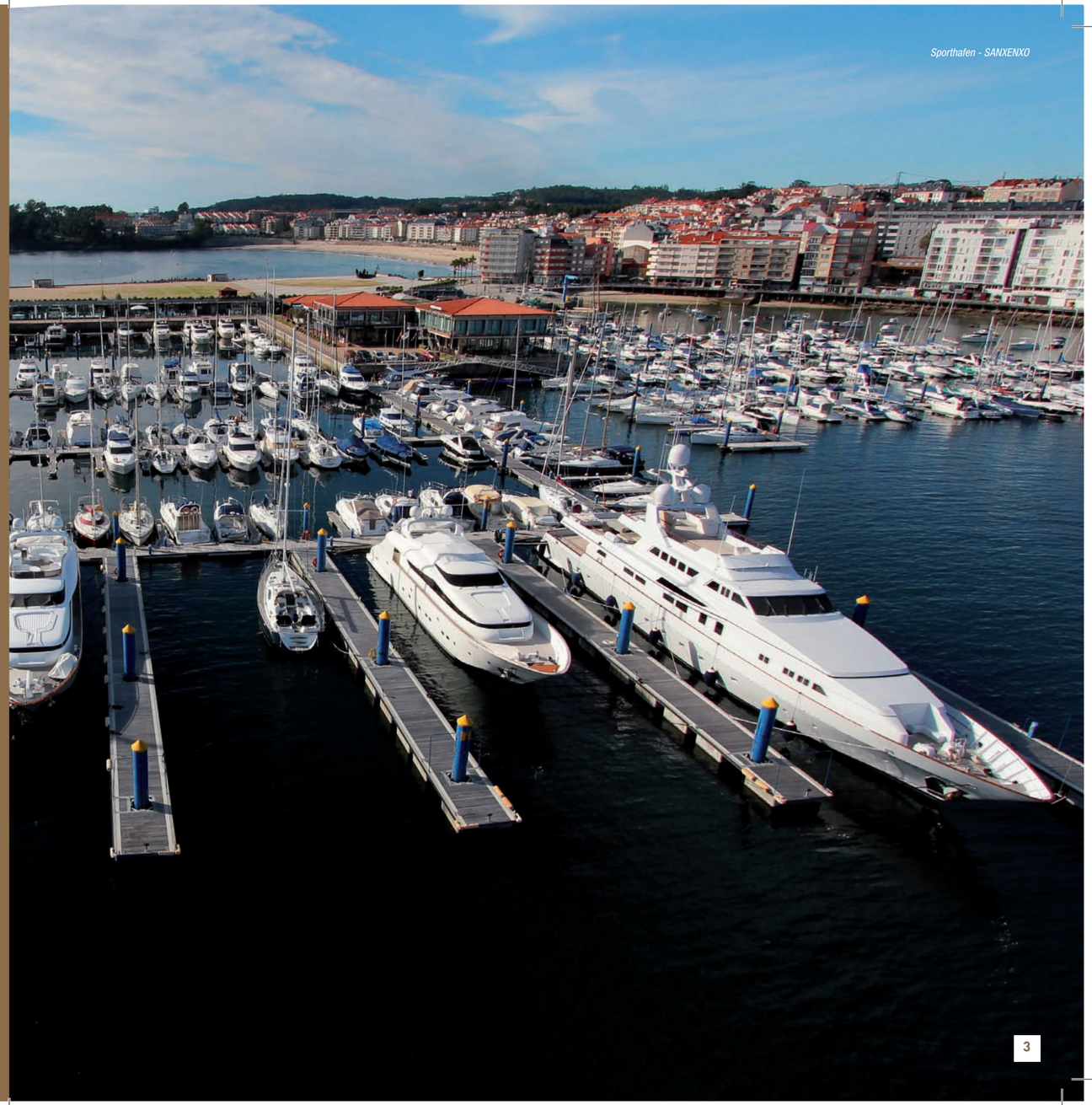
Mehr Informationen erhalten Sie bei:
Mancomunidad do Salnés
Rúa Nova, 4 - Bajo 36630
Cambados
T. +34 986 521 115
E-Mail: info@osalnes.com
www.osalnes.com

ISBN - 13: 978-84-616-4586-2
Pflichtexemplar: PO 546-2013

Ohne die vorherige, schriftliche Genehmigung durch den Urheberrechtsinhaber darf dieser Katalog weder ganz noch teilweise reproduziert oder digitalisiert und auf keine Art und Weise und über kein Medium (elektronisch, mechanisch, als Fotokopie, als Aufzeichnung oder mittels anderer Methoden) verbreitet werden.

© Mancomunidad de Municipios de O Salnés
Ausgabe 2013.

BILDNACHWEIS: *Titelseite: Familie - Autor: Warren Goldswain - Quelle: Shutterstock | S. 8: Familie - Autor: Pavel Losevsky - Quelle: Fotolia | S. 24: Hauptaltar - Autor: Fcg - Quelle: Shutterstock | S. 25: Pórtico de la Gloria - Autor: Pedronchi - Quelle: Flickr | S. 30: Oktopus - Autor: Dulsita.*



Sporthafen - SANXENXO

Galicien

Galicien liegt im Nordwesten Spaniens und besitzt ausgedehnte Küstenlandstriche entlang des Atlantiks und des Kantabrischen Meeres. Es hat ein mildes Klima und eine üppige Vegetation. Seine große Vielfalt an einheimischer Flora und Fauna macht diese spanische autonome Gemeinschaft zu einem wahren Naturparadies.

In der wärmsten Zone befindet sich die Region O Salnés und in ihr die touristischsten Ortschaften der nordwestlichen Iberischen Halbinsel - perfekt um die Herrlichkeit der Strände und der viel gepriesenen Gastronomie zu entdecken, die O Salnés so einzigartig machen.

Leuchtturm von Punta Cabalo - INSEL AROUSA

Strände

Cíes - Inseln

Strand Rodas - CÍES-INSELN

„ *Der schönste Strand der Welt* "

Dank ihres feinen Sandes und des kristallklaren Wassers verströmen die galicischen Strände einen ganz besonderen Zauber. So verwundert es nicht, dass auch der beste Sandstrand des Planeten zu Galicien gehört. Laut Aussage der angesehenen britischen Tageszeitung *The Guardian* handelt es sich dabei nämlich um den Strand *Rodas* auf den *Cíes-Inseln.*

Die unvergleichbare Schönheit verdankt dieser Strand seiner Lage mitten im Naturpark der Atlantikinseln, die mit unter Naturschutz stehenden Vögeln und einer reichhaltigen Meereswelt gesegnet sind. Über intensiv türkisblaues Wasser hinweg kann man hier die Weiten des Atlantischen Ozeans bewundern.

Strände

Galicien besitzt die höchste Dichte an Stränden in ganz Spanien. Unter den 700 existierenden Sandstränden gibt es weite, kilometerlange sandige Küstenstriche, die zum Sonnenbad einladen, aber auch kleine Buchten, in denen man die Stille der Natur in direktem Kontakt mit dem Meer genießen kann.

Die Strände verfügen über das komplette Serviceangebot, um Besuchern einen angenehmen Aufenthalt zu bescheren. Es besteht die Möglichkeit, kleine Freizeitboote zu mieten, am Strand zu speisen oder sich in einem der zahlreichen Restaurants und Bars mit Freisitz in unmittelbarer Nähe der Strandpromenaden zu vergnügen.

Die kleinen Buchten wiederum laden zur Entspannung und zum Genuss der malerischen Meereslandschaften ein.

Strand Carreirón - INSEL AROUSA

Strand A Lanzada - O GROVE

Strände

Insel Areoso - INSEL AROUSA

Insel Areoso - INSEL AROUSA

Strand Silgar - SANXENXO

„ Zwischen Buchten und weiten Sandstränden "

Die ausgedehnten Sandstrände Galiciens sind jedes Jahr das Ziel Tausender Besucher, die sich auf Sonne und ein warmes Klima mit Temperaturen zwischen 25 und 30 °C freuen. Diese natürlichen Bedingungen sorgen dafür, dass sich die Strände in wahre Touristenattraktionen verwandeln und sowohl für Liebhaber des Meeres und des Strandes als auch für Wassersportler interessant sind.

In Galicien wurden 128 Blaue Flaggen vergeben, was ein Fünftel der in ganz Spanien verteilten Umweltzeichen ausmacht.

Die Strände mit diesem internationalen Gütezeichen heben sich durch ihr Wasser, die Qualität des Sands und die dem Besucher gebotenen Serviceleistungen ab, und sie sind Synonyme für unbestreitbare Exzellenz.

Bezaubernde Inseln

„ *Die Luxus-Insel* ”

Vor der galicischen Küste liegen zahlreiche Inseln. Auf den kleineren lässt sich der ganz besondere Zauber ihrer Abgeschiedenheit genießen, die größeren Inseln eignen sich perfekt, um die Essenz der Bräuche und Traditionen der Meeresanrainer kennenzulernen.

La Toja ist zweifellos die beste Vertreterin der galicischen Inseln. Sie gilt als Paradebeispiel für ausgezeichneten Tourismus. Besucher können in Vier- und Fünf-Sterne-Hotels übernachten, in den Seebädern an zahlreichen Aktivitäten teilnehmen, Golf spielen, Schießen und im Gran Casino ihr Glück versuchen - eine vielseitige und hochwertige Angebotspalette in einer privilegierten Umgebung.

Gran Hotel La Toja - O GROVE

Insel A Toxa - O GROVE

Bezaubernde Inseln

Blick aus der Luft - INSEL AROUSA

Insel Areoso - INSEL AROUSA

Insel Sálvora

„ Natur pur "

Der *Nationalpark der Atlantikinseln* ist einer der zehn am meisten besuchten Naturräume Spaniens und zweifellos ein weiteres Beispiel für den natürlichen und landschaftlichen Reichtum Galiciens. Er umfasst insgesamt sechs Inseln, darunter insbesondere das Cíes-Archipel im westlichsten Teil der Flussmündung des Vigo. Zum Nationalpark gehören mehrere unsagbar schöne Strände, ein Vogelreservat mit auf der ganzen Welt einzigartigen Tieren und Unterwasserregionen von unschätzbarem Wert.

Die *Insel Ons* ist ein wahres Naturparadies. Dank einer guten Schiffsanbindung kann sie das ganze Jahr hindurch besucht werden. Tausende Besucher genießen den Ausblick von atemberaubenden Aussichtspunkten, nutzen die Wanderwege und laben sich in urigen Restaurants an der galicischen Küche.

Die *Insel Cortegada* liegt nur knapp 200 Meter vor der Küste von Vilagarcía de Arousa, ist historisch von großer Bedeutung und Heimat des größten Lorbeerwalds Europas.

Außerdem besitzt sie von allen galicischen Inseln die größte Landfläche und die meisten Bewohner. Die 5.000-Seelen-Insel liegt im Herzen der gleichnamigen Mündung. Sie hat Naturparks, Strände, eine große Fischerei-und Meeresfrüchtefangflotte und ist für ihre bedeutende gastronomische Tradition mit hochwertigen Produkten bekannt.

Kulturerbe

„ *Jahrhunderte alte Geschichte* ”

Das kulturelle Erbe eines Volks definiert seine Geschichte und seine Identität. In Galicien existiert sowohl in der religiösen als auch in der zivilen Konstruktion eine Fülle von Monumenten, anhand derer die im Verlauf der Geschichte aufgekommenen architektonischen Stilrichtungen nachverfolgt werden können. Die in dieser Region charakteristischen *„pazos“* (Landhäuser) und *„hórreos“* (Speicher) sind in Spanien ein untrügliches Erkennungsmerkmal für Galicien. Die zahlreichen Kirchen und Klöster auf der galicischen Landkarte sind von großer Bedeutung.

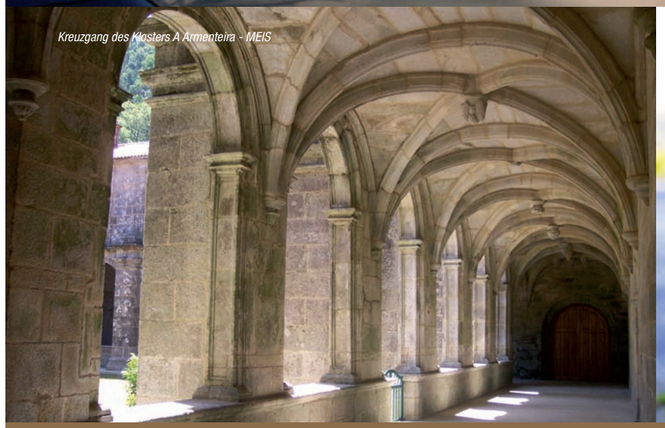
Bei einigen historischen Komplexen, wie Santiago de Compostela und Cambados, hat sich sogar gleich die ganze Stadt in ein einziges Wahrzeichen verwandelt.

Dort findet man majestätische Bauwerke, kleine Kirchen und Gedenkstatuen in mit Kopfstein gepflasterten Straßen und auf Plätzen, die auf die Ursprünge der Siedlungen verweisen. Genau solche Eigenheiten machen diese Orte für Besucher so idyllisch und laden ein, auf einem Spaziergang die kulturelle Vergangenheit zu entdecken.

Platz Fefiñanes - CAMBADOS

Kulturerbe

Kloster A Armenteira - MEIS



Kreuzgang des Klosters A Armenteira - MEIS

Weg der Mühlen - MEIS, MEAÑO UND RIBADUMIA

Im Landkreis Salnés gibt es wunderschöne Wege, auf denen man den Geheimnissen der alten Wassermühlen auf den Grund gehen kann. Entlang der Flüsse und durch üppig belaubte Wälder führen Wanderwege und bieten so die Möglichkeit, die schönsten Gegenden der im Inland gelegenen Gemeinden kennenzulernen.

Außerdem können Sie die archäologischen Überreste befestigter keltischer Siedlungen besuchen, die vor mehr als 2.000 Jahren in Galicien errichtet wurden.

Galicien besitzt eine Vielzahl von Klostern und Kirchen mit hohem künstlerischen und architektonischen Wert. Eines der bedeutsamsten Beispiele ist das Kloster Armenteira aus dem 12. Jahrhundert, das im Zisterzienserstil errichtet wurde.

Um das Kloster rankt sich die Legende von San Ero, einen adligen Galicier, dem im Traum die Jungfrau Maria erschienen war und ihm befohlen hatte, einen Tempel zu errichten und sich dem Klosterleben zu widmen.

Nachdem San Ero später nachdrücklich darum gebeten hatte, das Paradies sehen zu dürfen, verharrte er 300 Jahre lang auf einem Brunnenrand sitzend in sich versunken, verzaubert vom Gesang eines kleinen Vogels. Als er das Bewusstsein wiedererlangt hatte und ins Kloster zurückgekehrt war, erkannte er keinen seiner Mönche wieder und verstand erst dann die Tragweite dessen, was ihm widerfahren war.

In Galicien wurde eine Unmenge an Festungstürmen errichtet, um das Land vor Invasionen, insbesondere durch die Wikinger, zu schützen.

Pazo Rial - VILAGARCÍA DE AROUSA

Pazo de Cuadrante - VILANOVA DE AROUSA

Pazo de Vista Alegre - VILAGARCÍA DE AROUSA

„Der klassische Luxus"

Eines der charakteristischsten Bauwerke Galiciens ist das *„Pazo"*. Die alten Herrenhäuser, in denen einst die Adligen lebten, haben sich bis heute jedoch größtenteils in wahre Museen verwandelt. In der Regel befinden sie sich in ländlichen Gegenden, haben gepflegte Gärten und ein luxuriöses Innendekor.

Eines der bedeutendsten Beispiele ist das *Pazo de Rubianes*, das offiziell als eines der drei Herrschaftsgüter Spaniens zählt. Es besticht durch seinen unschätzbaren landschaftlichen Wert und hat sich weltweit zu einer Referenz für Liebhaber von Blumenarten, wie der Kamelie, entwickelt.

Zu erwähnen sind außerdem das *Pazo de Vista Alegre* in Vilagarcía und das *Pazo de Fefiñanes*, das für den Namen des wichtigsten Platzes von Cambados Pate stand. Es beherbergt Gärten, einen renommierten Albariño-Weinkeller und blickt auf ein bedeutungsvolles heraldisches Erbe zurück. Das *Pazo de O Cuadrante* in Vilanova de Arousa ist das Geburtshaus des gefeierten Schriftstellers Ramón María del Valle und heutzutage ein Museum.

Pazo de Rubianes - VILAGARCÍA DE AROUSA

„Die Seele Galiciens"

Santiago de Compostela ist die Stadt Galiciens, die die meisten Besucher empfängt. Neben Jerusalem und dem Vatikan ist sie einer der drei wichtigsten Pilgerorte des Christentums.

Die tief verwurzelte christliche Tradition dieses Orts erinnert an die Ankunft der Reste des Apostels Santiago zu dessen Ehrung. Seit dem Mittelalter sind unzählige Pilger der Milchstraße gefolgt, um den Reliquien und der Figur des Heiligen Tribut zu zollen.

Es gibt etwa zwanzig verschiedene Wege, die an der gewaltigen Kathedrale zusammenführen. In den Anfängen wurden den Pilgern Unterkunft und Verpflegung gewährt. Im Laufe der Zeit entwickelte sich der Tempel zum religiösen und künstlerischen Wahrzeichen. Architektonische Kleinode, wie das Portal der Glorie und die Hauptfassade zeugen davon, wie in ihm der romanische Stil bzw. Barock-Elemente vereint wurden.

Die Bedeutung der Pilgerfahrt lässt sich ganz besonders im Heiligen Compostelanischen Jahr erkennen (wenn der Tag des Apostels, der 25. Juli, auf einen Sonntag fällt). Dann erhöht sich die Zahl der Pilger um ein Vielfaches und die *Heilige Pforte* wird geöffnet.

Hauptfassade der Kathedrale und Platz Obradoiro - SANTIAGO DE COMPOSTELA

Kulturerbe

Inneres der Kathedrale - SANTIAGO DE COMPOSTELA

Zu den wichtigsten offiziellen Pilgerrouten des Jakobswegs gehören der französische, der englische und der portugiesische Weg, die Silberstraße und der Meeresweg. Das Endziel aller Jakobswege ist die Krypta des Apostels und die traditionelle Umarmung der Heiligenstatue im Inneren der riesigen Kathedrale.

Der Platz Obradoiro, auf den die Hauptfassade der Kathedrale weist, ist der wichtigste Platz der Stadt und wird vom College Fonseca, Wiege der bekannten Universität von Santiago de Compostela, dem Palast Rajoy und der Herberge der Katholischen Könige umgeben.

Hervorzuheben sind außerdem der Platz Abastos, der traditionelle und noch immer aktive Stadtmarkt, und der Platz Platerías bzw. der Platz Quintana. Ein Spaziergang durch die engen Kopfsteinpflasterstraßen von Santiago ist zweifellos ein unvergessliches Erlebnis.

Portal der Glorie - SANTIAGO DE COMPOSTELA

Jakobsweg

„Er wird in die Geschichte eingehen"

Im Jahr 44 durchquerte das Schiff, das den Körper des Apostels Santiago trug, auf seinem Weg nach Santiago de Compostela die Flussmündung des Arousa.

Die Reste des Apostels, der im Heiligen Land enthauptet worden war, wurden von seinen Jüngern Atanasio und Teodoro, „von einem Engel und einem Stern geleitet", entlang der galicischen Küste in die Flussmündung des Arousa und von dort aus entlang des Flusslaufs des Ulla bis nach Santiago de Compostela gebracht.

Im Verlauf der tausendjährigen Geschichte des Jakobswegs wurde diese Tradition des Christentums, der letzte Weg des Apostels von Jaffa (Palästina) bis Iria Flavia (heute: Villa de Padrón), in einer Vielzahl von Ikonografien bildlich dargestellt. Die Route gilt als Hauptweg aller Jakobswege.

Buen Camino - Good Trail

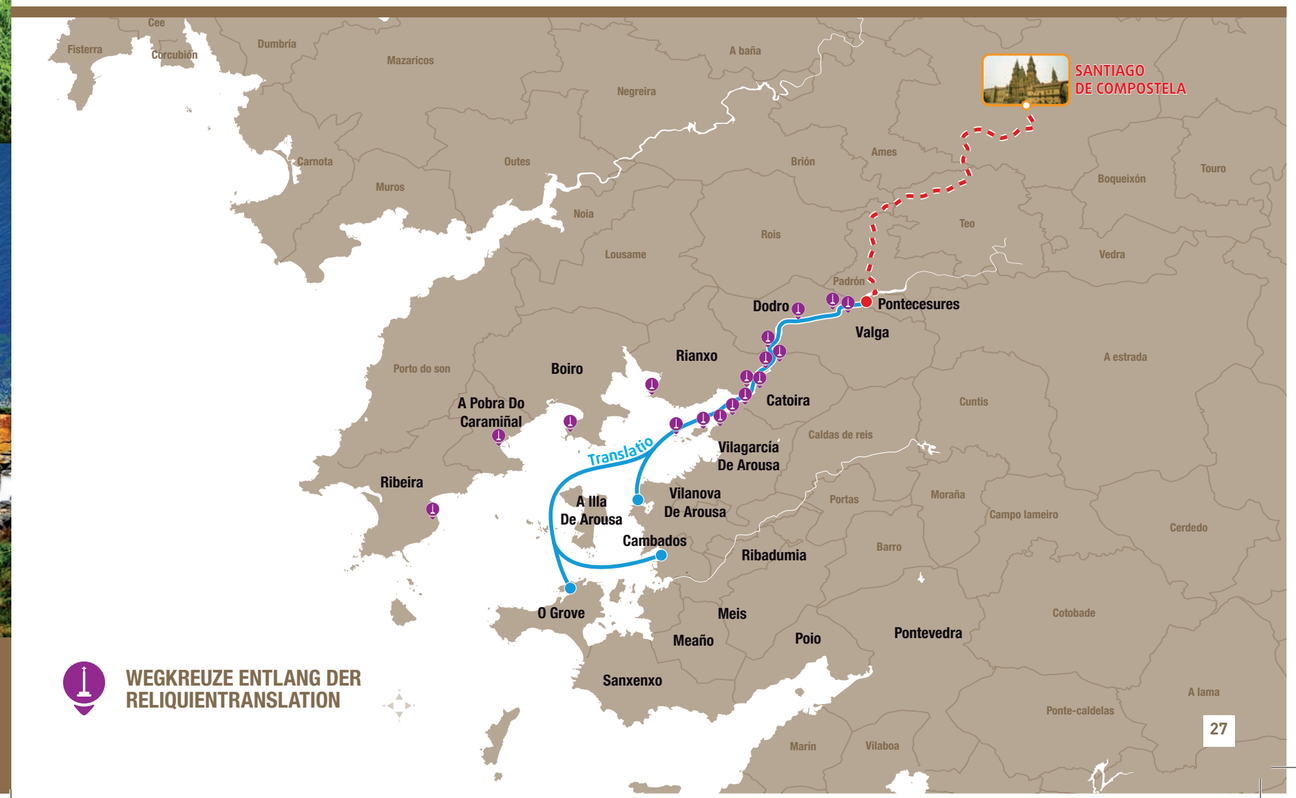
Pilger

Wegkreuze am Fluss

WAS IST DIE COMPOSTELA UND WIE ERHÄLT MAN SIE?

Die *„Compostela"* ist die Urkunde, die einem Pilger bescheinigt, dass er bis nach Santiago de Compostela gelangt ist. Um die Urkunde zu erhalten, muss man mindestens die letzten 100 Kilometer zu Fuß oder zu Pferd bzw. mindestens die letzten 200 km auf dem Fahrrad zurückgelegt haben.

Ein entsprechender Nachweis wird zweimal am Tag gestempelt. Den Stempel erhält man in den Pilgerbüros, in Herbergen, bei Laienbruderschaften, Verbänden von Freunden des Jakobswegs und anderen mehr.



Gastronomie

„ Galicien - einfach köstlich "

Die galicische Küche gilt in Spanien und der ganzen Welt als Vorzeigegastronomie. Sie umfasst eine Fülle typischer Gerichte und ist für die ausgezeichnete Qualität ihrer Rohzutaten bekannt. Die besten Köche haben Fisch und Meeresfrüchte aus Galicien in ihre Kreationen aufgenommen und verwenden traditionelle Rezepte, um kreative Kombinationen für die moderne Gastronomie zu entwickeln. Auch die Tatsache, dass das Gemüse Galiciens für seine hervorragende Qualität gerühmt wird, trägt zur typischen hohen Qualität der Gerichte bei.

Besucher werden hier durch ein herrliches, buntes kulinarisches Angebot in Staunen versetzt - zweifellos ein wesentliches Unterscheidungsmerkmal zu anderen Touristenzielen. Viele versichern, dass Galicien eine der Regionen auf der Welt ist, in denen man das beste Essen genießt.

Dank seiner tief verwurzelten Seefahrtskultur ist Galicien auch einer der Hauptanbieter von Fisch und Meeresfrüchten auf diesem Planeten. Ein Großteil der Produktion wird in andere Länder exportiert.

Zu erwähnen ist außerdem die galicische Flussfischerei, die bedeutende Fangquoten zu verzeichnen hat. Es werden beliebte Arten wie Neunauge und Aal gefangen, die ohne jeden Zweifel auch für anspruchsvollste Gaumen echte Leckerbissen darstellen.

Gastronomie

In den Gewässern Galiciens finden sich mehr als 400 verschiedene Fischarten, darunter auch Steinbutt, Seezunge, Seehecht, Seebarsch, Sardine und Rochen. Viele dieser Arten werden auf nationaler und internationaler Ebene gleichermaßen geschätzt und sind von so großer Bedeutung, dass gastronomische Feste zu ihren Ehren abgehalten werden.

Besondere Erwähnung verdient an dieser Stelle der Oktopus, eines der Wahrzeichen der galicischen Küche. Er ist nicht nur die Grundlage für eines der bekanntesten Gerichte, sondern er lässt sich auch auf viele verschiedene Arten zubereiten. Eines der traditionellsten und berühmtesten Rezepte trägt so auch den Namen *„auf galicische Art“.*

Entlang der galicischen Küste werden hochwertige Meeresfrüchte par excellence gefangen. Experten sind der Ansicht, dass die Wasserbedingungen, die Temperatur und der Wellengang in dieser Meeresregion dafür verantwortlich sind, dass Schalentiere und Muscheln wirklich nach Meer schmecken und deshalb als Vorzeigeprodukte gelten.

Hochwertige und unbedingt mit Galicien in Verbindung zu bringende Delikatessen sind Seespinnen, Krabben, Messermuscheln, Venusmuscheln und insbesondere die Entenmuscheln, die wahrscheinlich das exquisiteste Aroma besitzen und zweifellos am schwersten zu finden sind. Sie leben zwischen den Felsen in starker Brandung und nicht selten werden Leben riskiert, um zu ihnen zu gelangen.

Eines der auf der Hand liegenden Beispiele für die enorme Bedeutung der Meeresfrüchte in Galicien ist die Miesmuschel. Die Flussmündung des Arousa ist eines der weltweit reichhaltigsten Habitate dieses Weichtiers und das Spitzenprodukt dieser Region ist das Einzige, das durch ein Gütezeichen geschützt ist.

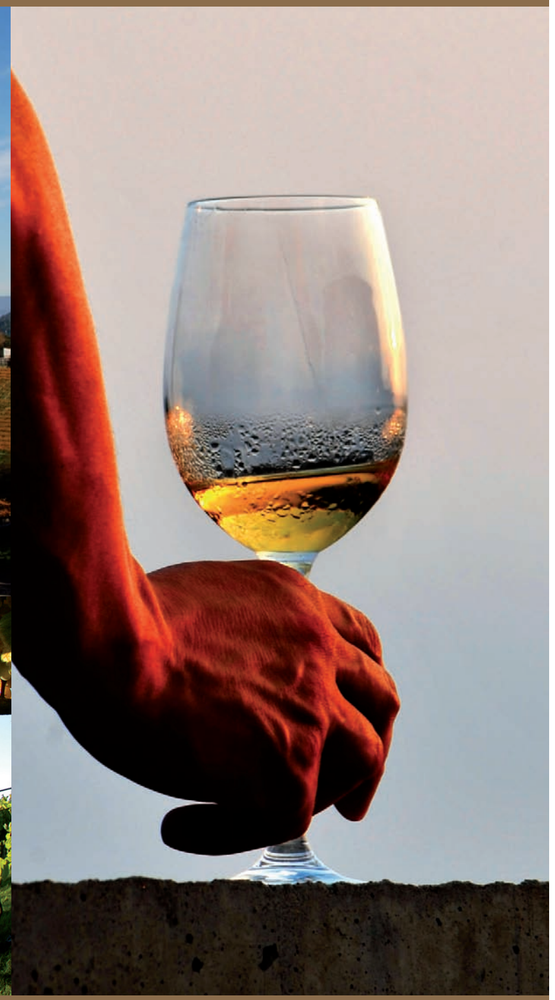
Gran Hotel La Toja - O GROVE

Gastronomie

Pazo de Baión - VILANOVA DE AROUSA

Etikett mit der Herkunftsbezeichnung

Albariña - Traube



„Einer der besten Weine der Welt"

Der Albariño - Wein gilt als einer der besten Weißweine der Welt. Im angesehenen Londoner Wettbewerb „International Wine Challenge" wurde er unter mehr als 100.000 Weinen aus 40 Ländern ausgewählt und ausgezeichnet.

Der Albariño hat einen Alkoholgehalt von 11 % bis 13 % Vol. Er schmeckt frisch und weich, besitzt Körper und eine ausgewogene Säure (zwischen 7 und 9 g/l), harmonische und breit gefächerte Nuancen, einen angenehmen Nachgeschmack und er ist elegant und vollmundig.

Der Albariño wird von zahlreichen Weingütern produziert, die sich häufig auf Landsitzen mit wunderschönen Gärten befinden und von Weinbergen umgeben sind, in denen die Albariña-Traube kultiviert wird. Die Traubensorte ist in Galicien heimisch und besitzt die Herkunftsbezeichnung Rías Baixas.

Die Landgüter kann man auf geführten Touren kennenlernen, auf denen auch die Arbeitsprozesse erklärt und Verkostungen durchgeführt werden. Bei einer Verkostung werden Sie mehr darüber erfahren, wie man diesen außerordentlichen Wein unterscheidet und genießt.

Feste & Feiern

„ Spaß garantiert "

Spanien ist auf der ganzen Welt für die schiere Menge und Vielfalt seiner Festivitäten bekannt. In Galicien verschmelzen zusätzlich noch eigene Traditionen und Bräuche, die sie besonders einzigartig machen.

Ein markantes Identitätsmerkmal sind die gastronomischen Feste, auf denen man die auserlesensten Delikatessen genießt. Zahlreich sind außerdem die mit dem Meer im Zusammenhang stehenden Feste und die nur in Spanien stattfindenden Feierlichkeiten, die vielfach als „für den nationalen und internationalen Tourismus wertvoll" gewürdigt wurden.

Zu den wichtigsten gastronomischen Veranstaltungen Galiciens, die jedes Jahr eine Unmenge an Besuchern anziehen, gehört das seit einem halben Jahrhundert zelebrierte *Meeresfrüchtefest von O Grove.* Es ist die markanteste Lobpreisung von Meeresprodukten, die in Spanien gefeiert wird, und heißt Genießer aus aller Welt willkommen.

Ein weiteres wichtiges *Fest ist das Albariño-Fest von Cambados*, die älteste und bedeutsamste Feierlichkeit Galiciens. Sie wird seit sechzig Jahren zelebriert und gilt im Weinbau als beste Veranstaltung der Branche. Mehrere Tage lang können an Ständen die Weine verschiedener Weingüter der Region verkostet werden und es finden große Konzerte mit Musikgruppen aus aller Welt statt.

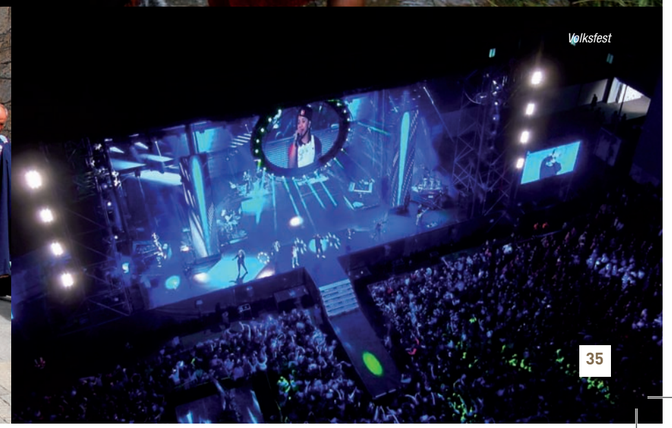
Die *Wikinger-Pilgerfahrt von Catoira* erinnert an die Beutezüge durch die Wikinger und ist wahrscheinlich die spektakulärste Festivität der Region. Unter Einsatz eines traditionellen nordischen Schiffs wird dabei mit Hunderten Teilnehmern ein echter Landgang nachgespielt.

Vilagarcía ist für das *Fest des Wassers* bekannt, dessen Besucherzahl jedes Jahr weiter anwächst. Das Fest, bei dem die Teilnehmer Tausende Liter Wasser werfen, hat sich zur Hauptfeierlichkeit der traditionellen Feiern entwickelt und ist einer der wichtigsten Tage im galicischen Sommerkalender.

Fest des Wassers - VILAGARCÍA DE AROUSA

Wikinger - Pilgerfahrt

Albariño - Fest - CAMBADOS


Volksfest

Magisches Land

Herstellung der galicischen Queimada

„Zwischen Mythen und Legenden"

In Galicien existieren zahllose Mythen und Legenden, die zweifellos nicht real sind, aber dank der mündlichen Überlieferung und der ständigen Vermischung von historischen keltischen und christlichen Einflüssen den Lauf der Zeit überdauert haben.

HEILIGE GEFOLGSCHAFT

Die Heilige Gefolgschaft ist wahrscheinlich die berühmteste und am tiefsten verwurzelte Legende der galicischen Volkskultur. Sie beschreibt eine Prozession von umherirrenden Seelen, die in weiße Laken gehüllt und Kerzen tragend durch die Wälder der Gemeinden ziehen. Die Prozession macht sich angeblich auf den Weg, wenn der Tod eines Bewohners der Region bevorsteht.

MEIGAS

Die „meigas" waren Frauen, die als Heilerinnen, Seherinnen oder auch Hexen auftreten konnten. Im Altertum war es ihre Aufgabe, Zauber zu vollführen und Krankheiten aus dem Dorf zu verbannen. Die Angst und der Respekt vor ihnen hat im Verlauf der Jahrhunderte angehalten und sie spielen die Hauptrolle in vielen Legenden.

CONXURO DA QUEIMADA

Ein bekannter galicischer Zaubertrank, der auch heute noch Anwendung findet, ist die „Queimada". Seine Formel soll als Schutz vor bösen Wesen und schadbringenden Ritualen dienen.

Die Ursprünge der Queimada lassen sich bis zu den keltischen Vorfahren zurückzuverfolgen. Diese haben mit dem Trank bereits ihre eigenen Seelen gereinigt. Aus Branntwein und Zucker wird dafür ein alkoholhaltiges Getränk hergestellt und angezündet, während man den Zauberspruch aufsagt, damit die Anwesenden, die den Trunk zu sich nehmen, vor allem Bösen bewahrt werden.

Gesundheit & Freizeit

„ *Wasserparadies* ”

Galicien besticht durch sein komplettes Angebot im Bereich Gesundheit und Freizeit. Paradebeispiel ist das Seebad La Toja, das über therapeutische Thermalquellen verfügt, aus denen 60 Grad warmes Wasser fließt, das mit verschiedenen Mineralsalzen versetzt ist, die für den Organismus besonders wohltuend sind.

Außerdem finden sich in der Region die besten Spas mit einem Behandlungsangebot für Ruhe, Entspannung und Schönheit. Das Talaso nutzt Seewasser, das auf 36 Grad erwärmt wird, und bietet verschiedene Behandlungen auf der Grundlage von Meeresprodukten an, die eine heilende und regenerative Wirkung haben.

Die beste Wahl für Behandlungen, die an persönliche Bedürfnisse angepasst sind.

Ein Aufenthalt in Galicien eröffnet viele Freizeitoptionen. Als Familie kann man Ruhe und Entspannung finden, indem man sich ein Boot mit Besatzung mietet, um den ganzen Tag auf dem Meer zu verbringen, die schönsten Ecken zu erkunden und die spektakulärsten Aussichten zu genießen.

Club Termal Gran Hotel La Toja - O GROVE

Eine weitere Möglichkeit sind Reitausflüge im Landesinneren und entlang der Küste - unter Anleitung eines erfahrenen Führers, der die Tiere lenkt, werden Sie einen unvergesslichen Tag verbringen.

Auch für Golfliebhaber hält Galicien großartige Optionen parat. Auf dem Golfplatz von Meis werden internationale Wettkämpfe ausgetragen und er gilt in der Region als Vorzeigeanlage für die 18-Loch-Runde. La Toja besitzt einen Golfplatz mit einem eng besetzten Meisterschaftskalender. Die Spielbedingungen sind dort sowohl für Anfänger als auch für erfahrenere Spieler ideal. Besuchern aller Handicaps stehen auf diesem Platz Golfer zur Verfügung, die ihnen dabei helfen, ihre Techniken zu verbessern.

Gesundheit & Freizeit

„Einzigartige Erfahrungen"

Galicien ist ein Synonym für aktiven Tourismus und Abenteuer. Zu den zahlreichen Optionen, bei denen man nicht nur neue Sinneseindrücke, sondern auch herrliche Landschaften entdecken kann, zählen Bungee-Jumping, Paintball und Rafting.

Freunde des Unterwassersports finden in Galicien ein großartiges Szenarium, um neue Tiefen zu erforschen. Es besteht die Möglichkeit, mit Profis zu tauchen, um die einheimische Flora und Fauna kennenzulernen oder alte versunkene Schiffe zu besuchen. Anfänger werden beim ersten Mal einer feierlichen Meerestaufe unterzogen.

Surfen und Kitesurfen sind an den Küsten Galiciens ebenfalls sehr beliebt. Wellen und Strände, die Surfer hier erwarten, können dem weltweiten Vergleich standhalten.

Wenn es Nacht wird, beginnt das Vergnügen.

Eine der am tiefsten verwurzelten Traditionen ist ein Abend mit Wein und Tapas (Appetithäppchen). Dieser in Spanien sehr typische Brauch bringt das Beste der Landesküche und die erlesensten Weine der Region auf den Tisch.

Wie wäre es zum Beispiel mit einem unvergesslichen Abendessen in einem der besten Restaurants der Zone und anschließend, als krönender Abschluss, einem Besuch im Gran Casino von La Toja.

Eine ideale spanische Nacht verbringt man am besten in den am meisten besuchten Kneipen und Lokalen Nordspaniens. Dabei sind insbesondere die im Hafen von Sanxenxo erwähnenswert.

Für den Ausklang der Nacht bieten sich moderne Diskotheken an. Ihr Ambiente ist unschlagbar und man kann VIP-Bereiche reservieren, in denen Sie den Service des Lokals ganz auskosten können. In einigen dieser Bars spielen zeitweise ein paar der besten DJs auf.

Shopping

„ *Die beste Qualität zum besten Preis* ”

Galicien ist Standort des größten Einkaufszentrums Spaniens und des drittgrößten in Europa. Darüber hinaus gibt es weitere Einkaufszentren mit einer Größe von mehreren Tausend Quadratmetern und Hunderten Geschäften. Darin finden Sie die angesehensten Marken und Designerkollektionen sowie alle erdenklichen Serviceanbieter und Einrichtungen, die Sie als Kunde erwarten können.

Die Angestellten in den Geschäften sind hoch qualifiziert, um alle Ihre Bedürfnisse abzudecken und Ihnen den Einkauf zu erleichtern. Außerdem besteht die Möglichkeit, einen „Personal Shopper“ zu engagieren, der Ihnen je nach Fall bei der Auswahl des besten Geschäfts behilflich ist und Ihnen mit personalisierter Beratung zu Seite steht.

Galicien ist die Wiege großer Textilunternehmen, wie ZARA und Massimo Dutti, die bereits in den Metropolen der Welt zu Hause sind und in Sachen Mode und Konfektionskleidung die Trends setzen.

Genau aus diesem Grunde finden Sie auch hier eine Fülle solcher Läden, die die aktuellsten Neuheiten im Angebot haben.

Im Sommer werden traditionell Shopping-Nächte abgehalten, in denen die Geschäfte bis in die frühen Morgenstunden geöffnet sind und begleitet von Cocktails und der besten Musik der heutigen Zeit zum Shopping einladen.

Marineda City

Komm, Galicien erwartet Dich!

www.osalnes.com

XUNTA DE GALICIA

galicia

SALNÉS
MANCOMUNIDADE