

EINLEITUNG	6
JAKOBSWEG IBERISCHE HALBINSEL	8
DIE ENTSTEHUNG DER JAKOBSWEGE	9
DAS HEILIGE JAHR.....	10
DIE JAKOBSMUSCHEL	10
DER PORTUGIESISCHE JAKOBSWEG	11
KONTEMPLATION AUF DEM JAKOBSWEG.....	12
BIN ICH DER JAKOBSWEG-TYP?	14
DAS ZEITPROFIL	17
REISEVORBEREITUNGEN	18
PACKLISTE FÜR DAMEN.....	22
PACKLISTE FÜR HERREN	24
BASISINFORMATIONEN	27
KOSTEN	29
ESSEN & TRINKEN	30
RADFAHRER	30
VERKEHRSMITTEL	32
TELEFON, INTERNET.....	34
MEDIZINISCHE VERSORGUNG.....	35
HANDLING DER NAVIGATIONSSeiten	35
DER CAMINHO-DOKTOR.....	38
CHECKLISTE FÜR MEDIKAMENTE UND VORSORGE	51
KRANKHEITEN.....	52
WUNDEN	52
SCHÜRFWUNDEN	52
VERBRENNUNGEN.....	53
IMPFVORSCHRIFTEN.....	53
LISSABON.....	54
EIN TAG IN LISSABON	55
Etappe 01: Lissabon – Verdelha de Baixo	66
Etappe 02: Verdelha de Baixo – Azambuja.....	72
Etappe 03: Azambuja – Santarém	78
Variante: Santarém – Fátima – Coimbra.....	84

Etappe 04: Santarém – Golegã	94
Etappe 05: Golegã – Tomar.....	100
Etappe 06: Tomar – Alvaiázere	106
Etappe 07: Alvaiázere – Rabaçal.....	110
Etappe 08: Rabaçal – Coimbra.....	114
COIMBRA	120
Etappe 09: Coimbra – Mealhada.....	124
Etappe 10: Mealhada – Águeda.....	128
Etappe 11: Águeda – Albergaria-A-Velha.....	132
Etappe 12: Albergaria-A-Velha – São João da Madeira.....	138
Etappe 13: São João da Madeira – Porto.....	144
PORTO	150
Etappe 14: Variante Porto – Vila do Conde.....	156
Etappe 15: Vila do Conde – Barcelos	160
Etappe 16: Barcelos – Ponte de Lima	166
Etappe 17: Ponte de Lima – Rubiães	172
Etappe 18: Rubiães – Tui	178
Etappe 19: Tui – Redondela	184
Etappe 20: Redondela – Pontevedra	190
Etappe 21: Pontevedra – Caldas de Reis.....	196
Etappe 22: Caldas de Reis – Padrón	202
Etappe 23: Padrón – Santiago de Compostela.....	208
SANTIAGO DE COMPOSTELA.....	214
ENTFERNUNGSTABELLE	222
WÖRTERBUCH	224
Allgemein.....	224
Zahlen	225
Nach dem Weg fragen	227
Unterkunft.....	228
Essen und Trinken	229
Die Speisekarte	230
Telefon und Internet.....	234
HERBERGSVERZEICHNIS.....	235
STICHWORTVERZEICHNIS	244