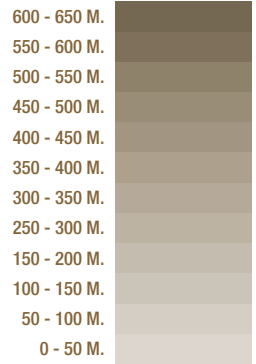




### Curvas de nivel

Curvas de nivel  
Contour lines



### Signos convencionales

Signos convencionais  
Conventional signs



### Ofinas de Turismo (OIT)

Oficinas de turismo  
Tourist Offices

<b>OIT A ILLA DE AROUSA</b> 687 807 109 / 986 527 300 www.ailladearousa.es	<b>OIT SANXENXO</b> 986 720 285 www.sanxenxo.es	<b>OIT MEAÑO</b> 986 747 847 986747102 www.concellodeameano.com	<b>OIT VILAGARCÍA DE AROUSA</b> 986 501 227 647 783 469 www.visitvilagarcia.com
<b>OIT CAMBADOS</b> 986 520 786 www.cambados.es	<b>OIT O GROVE</b> 986 731 415 www.turismogrove.es	<b>OIT VILANOVA DE AROUSA</b> 986 555 493 www.vilanovadearousa.com	<b>OIT RIBADUMIA</b> 986718499 986710499 www.ribadumia.org
<b>OIT ARMENTEIRA</b> 886 211 700 www.meis.gal			

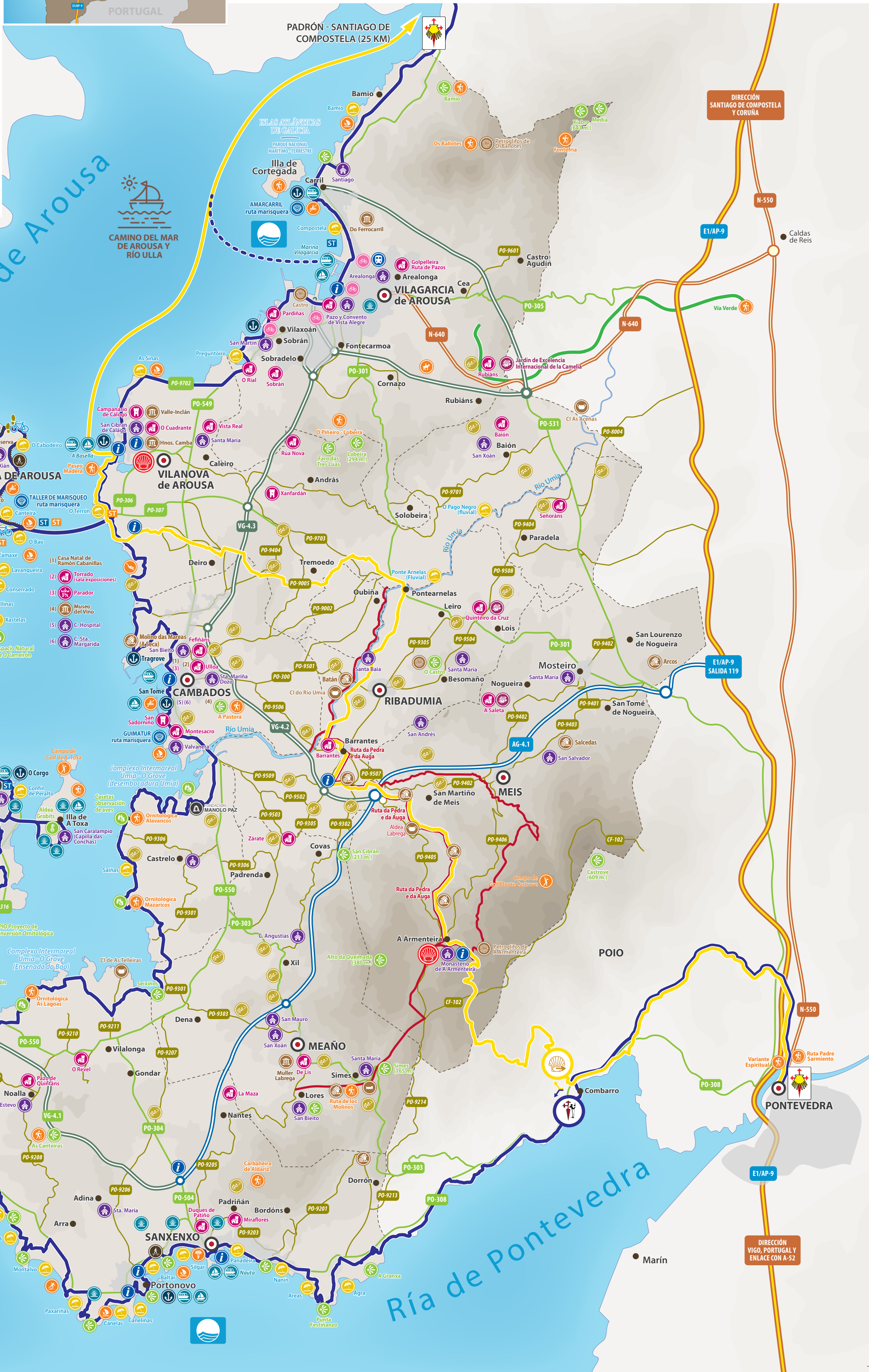
### Pictogramas | Pictogramas | Pictograms

- Información turística  
Información turística  
Tourism information
- Bandera azul  
Bandeira azul  
Blue flag
- Playas  
Praia  
Beach
- Rutas marisqueras  
Rutas marisqueiras  
Shellfish routes
- Rutas por mar  
Rutas por mar  
Sea route
- Puerto deportivo  
Porto deportivo  
Marina
- Puerto  
Porto  
Marina
- Balneario-Spa-Talaso  
Balneario-Spa-Talaso  
Spa Resort-Thalaso
- Estación de tren  
Estación de tren  
Train station
- Mirador  
Miradoiro  
View point
- Avistamiento de aves  
Avistamento de aves  
Birdwatching
- Aldea Grobts  
Aldea Grobts  
Grotto Village
- Paseos de madeira  
Paseos de madeira  
Walking wood
- Surf  
Surf  
Surf
- Windsurf  
Windsurf  
Windsurf
- Hípica  
Hípica  
Equestrian
- Rutas en Kayak  
Rutas en Kayak  
Kayak Routes
- Rutas senderismo  
Ruta senderismo  
Hiking route
- Parascending  
Parascending  
Parascending
- Submarinismo  
Submarinismo  
Scuba diving
- Golf  
Golf  
Golf
- Fundación Manolo Paz  
Fundación Manolo Paz  
Foundation Manolo Paz
- Acuario  
Acuario  
Aquarium
- Museo  
Museo  
Museum
- Centro de interpretación  
Centro de interpretación  
Interpretation centre
- Yacimientos - Petroglifos  
Xacementos - Petroglifos  
Heritage Sites - Petroglyphs
- Molino  
Moiño  
Mill
- Hórreos  
Hórreos  
Hórreos
- Albergue  
Albergue  
Hostel
- Pazo  
Pazo  
Pazo
- Faro  
Faro  
Lighthouse
- Torre  
Torre  
Tower
- Parador de turismo  
Parador de turismo  
Tourism parador
- Iglesia-Capela-Monasterio  
Igrexa-Capela-Monasterio  
Church-Chapel-Monastery
- Ruta del vino Rías Baixas  
Ruta do vino Rías Baixas  
Rías Baixas wine route
- Rutas  
Rutas  
Routes
- Estación de bicicletas - Vaibike  
Estación de bicicletas - Vaibike  
Bike station-Vaibike
- Ruta de las camellas  
Ruta das camellas  
The route of the camellia
- Ruta de molinos  
Ruta de molinos  
Mills route
- Via Verde  
Via Verde  
Green Way
- Servicios turísticos  
Servicios turísticos  
Touristic services



A ILLA DE AROUSA	12,2	21,7	19,0	32,8	16,3	27,9	14,7	8,2	135,7	194,6	153,0	35,7	62,4	62,0	648,3	1.206,0	512,2	203,4
CAMBADOS	12,3	9,5	11,2	20,6	3,9	15,7	10,9	7,1	131,3	190,2	144,2	26,8	58,0	53,2	639,5	1.202,0	503,0	194,6
MEAÑO	22,8	9,5	13,8	15,7	12,7	8,0	19,4	17,6	137,8	196,8	135,1	18,9	64,5	44,1	630,4	1.208,0	494,3	185,5
MEIS	19,0	11,2	13,8	27,7	11,5	20,4	12,4	13,3	127,4	186,4	134,0	16,7	54,2	43,0	629,4	1.198,0	493,2	184,4
O GROVE	32,8	20,6	15,7	27,7	25,0	16,7	31,7	27,6	152,0	211,0	151,0	34,7	78,7	60,0	646,3	1.222,0	510,1	201,3
RIBADUMIA	16,3	3,9	12,7	11,5	25,0	19,1	12,9	10,0	131,5	190,5	145,6	28,3	58,2	54,6	640,9	1.202,0	504,8	195,9
SANXENXO	27,9	15,7	8,0	20,4	16,7	19,1	25,8	22,5	144,0	203,0	135,4	19,2	70,8	44,4	630,7	1.214,0	495,0	185,7
VILAGARCÍA DE AROUSA	14,7	10,9	19,4	12,4	31,7	12,9	25,8	7,2	121,7	180,7	147,5	30,1	48,4	56,5	642,8	1.192,0	506,7	197,9
VILANOVA DE AROUSA	8,2	7,1	17,6	13,3	27,6	10,0	22,5	7,2	127,9	186,9	147,1	29,7	54,6	56,1	642,4	1.108,0	506,2	197,4

(Distancias en Km)



**VARIANTE ESPIRITUAL**  
EL ORDEN DE TODOS LOS CAMBIOS

**Variante Espiritual**  
Variante Espiritual  
Spiritual Variation

**RUTA PADRE SARMIENTO**  
EL ORDEN DE TODOS LOS CAMBIOS

**Ruta Sarmiento**  
Ruta Sarmiento  
Sarmiento Rout