



Prólogo de Alexandre dos Santos	7
Prólogo de José Antonio de la Riera	9
Introdução	11
Caminho Central Português	33
LISBOA	34
Etapa 1: Lisboa – Alverca do Ribatejo	38
Etapa 2: Alverca do Ribatejo – Azambuja	42
Etapa 3: Azambuja – Santarém	46
Etapa 4: Santarém – Golegã	53
Etapa 5: Golegã – Tomar	57
Etapa 6: Tomar – Alvaiázere	64
Etapa 7: Alvaiázere – Alvorge	68
Etapa 8: Alvorge – Cernache	71
Etapa 9: Cernache – Coimbra	76
Etapa 10: Coimbra – Mealhada	84
Etapa 11: Mealhada – Águeda	89
Etapa 12: Águeda – Albergaria-a-Velha	95
Etapa 13: Albergaria-a-Velha – São João da Madeira	99
Etapa 14: São João da Madeira – Grijó	105
Etapa 15: Grijó – Porto	109
PORTO	116

Etapa 16: Porto – Vilarinho	123
Etapa 17: Vilarinho – Barcelos	129
Etapa 18: Barcelos – Ponte de Lima	137
Etapa 19: Ponte de Lima – Rubiães	146
Etapa 20: Rubiães – Tui	152
Etapa 21: Tui – Redondela	162
Etapa 22: Redondela – Pontevedra	169
Etapa 23: Pontevedra – Caldas de Reis	178
Etapa 24: Caldas de reis – Padrón	183
Etapa 25: Padrón – Santiago de Compostela	189
Caminho da Costa	199
Etapa 1: Porto – Vila do Conde	198
Etapa 2: Vila do Conde – Esposende	206
Etapa 3: Esposende – Viana do Castelo	212
Etapa 4: Viana do castelo – Caminha	220
Etapa 5: Caminha – Baiona	229
Etapa 6: Baiona – Vigo	239
Etapa 7: Vigo – Redondela	248
Variante de Braga	251
Etapa 1: Porto – Santiago das Antas	252
Etapa 2: Santiago das Antas – Braga	261
Etapa 3: Braga – Goães	270
Etapa 4: Goães – Ponte de Lima	276
SANTIAGO DE COMPOSTELA	279