

Cristo reina

A LA HORA DE HACER LA MOCHILA....

Ten en cuenta que, todo lo que metas en la mochila, lo vas a llevar sobre tus hombros. Y que, cuando se caminan muchos kilómetros, llega un momento en que **TODO** pesa.

Por eso, ve ligera/o de equipaje en todos los sentidos. Haz la experiencia de vivir unos días "sin nada", sólo con lo realmente imprescindible.

Recuerda que la mochila debe pesar menos de 8Kg. Procura que tenga cuerdas para atar en la cintura y, nunca, una mochila con hierros.

RELACIÓN DE MATERIAL BÁSICO PARA LA PEREGRINACIÓN

- Carnet de Identidad y tarjeta de la Seguridad Social u otros
- Tarjeta de crédito (opcional)
- Buen calzado (botas o zapatillas que estén usadas ya)
- Impermeable (Chaqueta y pantalón)
- Capa de lluvia, funda impermeable para mochila
- 2 Sudadera-forro polar
- 2 Pantalones largo cómodo (si es posible desmontable)/chándal (solo 1). (No te asustes, pero tendrás que dormir con el mismo pantalón que uses en algún momento del día, el Camino es así)
- Camisetas (3 o 4)
- Bañador
- Ropa interior
- Calcetines (unos cuantos pares, a ser posible de algodón)
- Tobillera, rodillera
- Cantimplora
- Saco de dormir
- Aislante
- Bolsa de aseo (todo tamaño muy reducido. Lo justo para los 6 días caminando)
- Navaja
- Chanclas para la ducha. (A ser posible que no sean "de dedo". Pues al llegar a los destinos será necesario quitarse las botas y, tras un buen aseo, hacer descansar los pies con calcetines recién limpios y chanclas. Aunque parezca una catetada!!!).
- Toalla pequeña
- Cámara de fotos
- Papel higiénico
- Jabón de lavar (un trocito muy pequeño)
- Botiquín personal de primeros auxilios muy pequeño (Tiritas, comped ampollas, betadine, aguja, hilo, crema antiinflamatoria, vaselina para hidratar los pies.)
- Linterna
- Bolsas de plástico (para la ropa sucia o lo que pueda surgir)
- Sombrero/gorra
- Crema de protección
- pinzas de ropa (3 o 4)
- Bordón (bastón para caminar)

!! Y A CAMINARRRRRRR.....!!