

## ¿QUÉ LLEVAR?



¡OJO! En el transporte de maletas incluye **solo 1 maleta o mochila**. El peso máximo aceptado es de **18 kilos**, pero hay premio para la mochila más ligera 😊

En todos los pueblos o ciudades donde nos vamos a alojar hay tiendas, farmacias y supermercados para realizar compras. Por tanto, no es necesario llevar “muchas cosas por si acaso”, porque en caso de imprevisto, podéis comprar.

Además, en todos los sitios hay servicio de lavadora y secadora. El precio es muy asequible, incluye el detergente e incluso se puede pagar entre varios porque en una lavadora entran 6 kilos de ropa.

Equipaje recomendable para la caminata, podéis añadir algo más para estar más guapos y guapas en Santiago:

- 1 zapatillas de *trekking* para caminar (calzado que ya haya sido usado, no nuevo). Si es impermeable, mejor, por si llueve. Si prefieres botas, es una opción, pero no es una ruta de montaña. Cuando entrenes, camina con tus zapatillas del Camino.
- 5/6 calcetines adecuados para bota/zapatilla.
- 1 zapatillas o 1 calzado extra para cambiarse y estar cómodo al final del día.
- Impermeable (puede llover, el norte es imprevisible y vamos en primavera, el tiempo puede ser inestable en esta época).
- Chaqueta apropiada para un tiempo primavera/otoño (a primera hora del día y por la noche puede bajar la temperatura).
- 2 pantalones largos ligeros (para caminar y para la tarde/noche).
- 1 pantalón corto (el tiempo puede ser bueno durante el día y se agradecerá caminar en pantalón corto).
- Forro polar fino o jersey de otoño para caminar.
- 5 camisetas (de manga corta y manga larga)
- Ropa interior
- Gafas de sol
- 1 gorra
- Protector solar (mínimo 30)
- Productos de aseo en bote pequeño (100 ml).
- Mochila pequeña para llevar las cosas personales básicas durante la etapa.
- 2 bastones para caminar plegables (opcional). No hay grandes subidas ni bajadas, pero siempre ayudan un poquito si estás acostumbrado o tienes problemas de cadera.

Yo llevaré un pequeño botiquín.



Los peregrinos medievales viajaban ligeros de equipaje... En el Camino no importa tanto tu apariencia, es un viaje para desconectar y vivir de una forma más sencilla y relajada durante una semana.

