

LOS CAMINOS DE SANTIAGO EN GALICIA



Recomendaciones



LOS PIES

El peregrino ha de prestarle especial atención y cuidado a los pies



EL CALZADO

El calzado debe ser cómodo y ha de estar adaptado ya a nuestro pie



LA MOCHILA

La mochila debe ser cómoda, fácilmente adaptable y ligera

La credencial del peregrino



LA CREDENCIAL DEL PEREGRINO

Especie de pasaporte que debe ser sellado en cada etapa del Camino



DÓNDE SE OBTIENE

En la Oficina del Peregrino, en cofradías y asociaciones y en albergues o parroquias



LA COMPOSTELA

Es el documento con el que se reconoce que se ha finalizado la peregrinación a Compostela

1. Di si las siguientes afirmaciones son correctas.

- El calzado del peregrino NO debe ser cómodo.
- La credencial del peregrino certifica el paso del peregrino por las diferentes etapas del camino.
- La mochila del peregrino debe ser pesada e incómoda.

PLANIFICA TU CAMINO DE SANTIAGO

1. ¿Qué ruta del Camino vas a realizar? ¿Por qué?

- Camino Francés (154,7 Km)
- Camino de Fisterra y Muxía (118,4 Km)
- Vía de la Plata (223,5 Km)
- Camino Portugués (110,5 Km)
- Camino inglés (112, 4 Km)
- Camino Primitivo (159,3 Km)
- Camino del Norte (184,7 Km)
- Ruta del Mar de Arousa y Río Ulla (152, Km)

2. ¿Cómo vas a hacer el camino?

- Caminando



- A caballo



- En bicicleta



3. ¿En cuántos días? ¿Cuántos kilómetros caminarás al día?

4. De los siguientes objetos, rodea cuáles NO puedo dejar en casa:

- Saco de dormir



- Ordenador



- Botas de caminar/ de senderismo



- Chanclas o zapatillas deportivas para los momentos de descanso



- Un par de sudaderas o jerséis



- Un pequeño botiquín que incluya lo básico: antiinflamatorios, tiritas....



- Teléfono móvil y cargador

- Cantimplora



- Una sartén



- Tienda de campaña



- Calcetines de algodón

