



Material necesario para el peregrino

Cuando vas a realizar el Camino de Santiago necesitas

Ropa y equipo

- tres camisetas, preferiblemente de algodón -
- tres pares de calcetines y otro tanto de ropa interior -
- un pantalón corto y otro largo -
- un traje de baño -
- un jersey -
- abrigo o forro polar, según la temporada -
- chubasquero o capa para la lluvia -
- gorro y guantes en invierno -
- algún tipo de sombrero para el verano -
- unas botas previamente utilizadas o unas zapatillas deportivas si peregrinamos en bicicleta, así como unos zapatos, sandalias preferiblemente, para descansar al final de cada jornada -

Botiquín

- Alfiler e hilo para las ampollas -
- Tijeras, esparadrapo, vendas y gasas -
- Crema antiinflamatoria y algún analgésico
- Crema solar y cacao para los labios -
- Alcohol y desinfectante -

Otros elementos

- Unos cubiertos y un cazo -
- Barritas energéticas -
- Cantimplora -
- Linterna -
- Neceser -
- Papel higiénico -
- Una pequeña toalla -
- Funda de almohada, la funda del saco puede servir -
- Aguja -
- Un palo, bordón o maquila -
- Un bordón

