

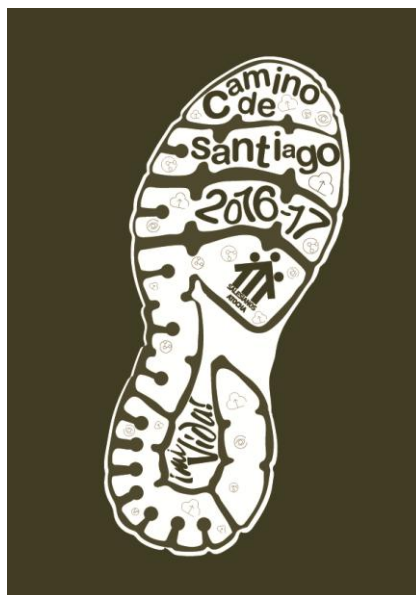


salesianos

ATOCHA

CAMINO DE SANTIAGO

1 al 8 de abril de 2017



Nuestra propuesta

Queridos amigos,

Antes de nada agradeceremos la participación de vuestros hijos -o la vuestra misma en algunos casos-, en la experiencia del Camino de Santiago.

Quisiéramos recordar algunos aspectos muy sencillos y básicos de esta experiencia. Lo primero de todo, el Camino no es una convivencia más, ni una excursión, sino que vamos como peregrinos. Es decir.

- El peregrino va buscando algo... pueden ser motivos religiosos o personales. El caso es que todos nos metamos en esa dinámica de caminar por fuera, hacia Santiago, y por dentro.
- El peregrino pasa incomodidades... el volumen de gente y la organización necesaria, conllevará que no todos tengamos las mismas comodidades, los mismo ritmos, pero nos ajustamos sin poner más dificultades de las que ya nos ofrece la ruta.
- El peregrino, no anda solo. En neutro caso, es una actividad del Centro. Esto significa que, aunque el Camino lo anda cada uno, nadie va por libre, pues participa en una actividad organizada. Por eso...
 - Tenemos siempre presente el ritmo de todos (a la hora de organizarse, de andar...)
 - Acogemos las actividades que se proponen; es decir, no son optativos los momentos de grupo, las celebraciones, etc.
 - Hay unos responsables. Estos deberán siempre estar informados de todo.

Bueno, poco más de momento. Prepararos bien, en todos lo sentidos, y cualquier duda, estamos a vuestra disposición.



ETAPA 3: SARRIA - PORTOMARÍN (22,4 Km)



Alojamientos:

- Albergue Ferramenteiros
- Albergue Folgueira

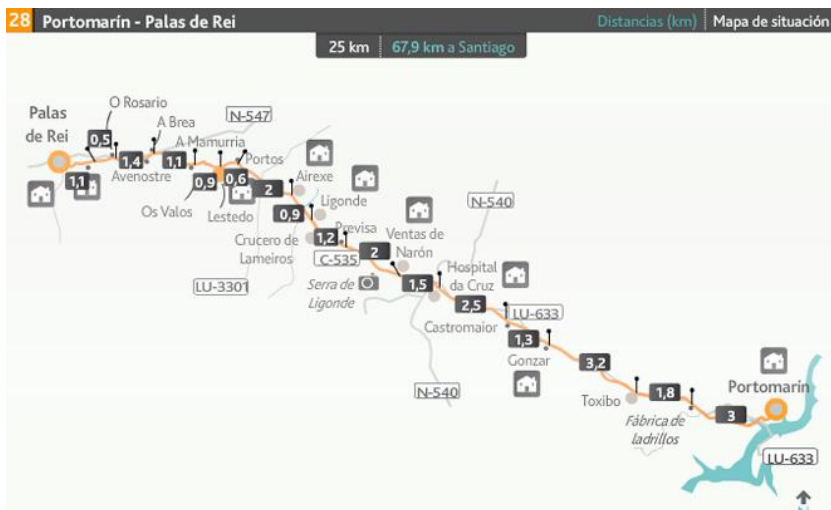
Comida:

- Restaurante Portomiño

Cena:

- La hacemos nosotros

ETAPA 4: PORTOMARÍN – PALAS DE REI (25 Km)



Alojamientos:

- Albergue Mesón de Benito
- Albergue Castro
- Albergue Outeiro

Comida y cena:

- Mesón de Benito y Albergue Castro.

ETAPA 5: PALAS DE REI - ARZÚA (28,8 Km)



Alojamientos:

- Albergue Vía Láctea
- Albergue De Camino

Comida:

- En ruta, por nuestra cuenta

Cena:

- O Furancho do Santiso



ETAPA 6: ARZÚA – PEDROUZO (19,1 km)



Alojamientos:

- Albergue Cruceiro
- Albergue Rem
- Albergue O´Trisquel

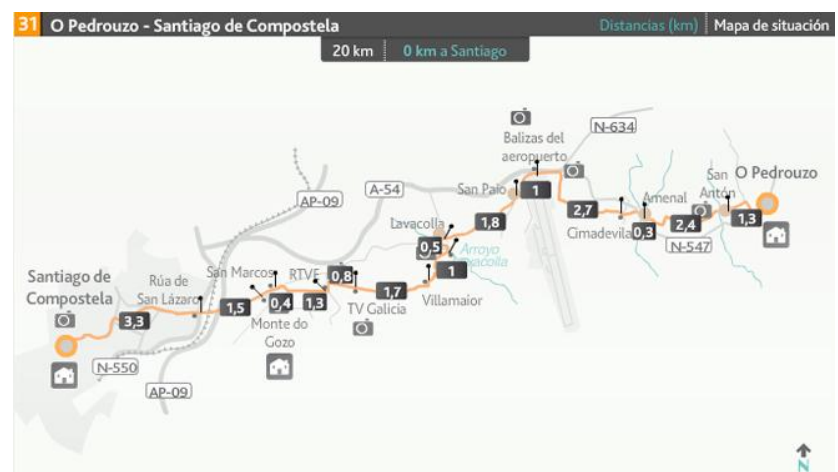
Comida:

- Complejo Bule Bic

Cena:

- La hacemos nosotros

ETAPA 7: PEDROUZO – SANTIAGO DE COMPOSTELA (18,3 Km)



Alojamientos:

- Albergue Seminario Menor

Comida:

- En ruta, por nuestra cuenta

Cena:

- Hospedería San Martín Pinario.



IMPORTANTE

▪ SALIDA

Día 1 de abril a las **6,30 de la mañana** desde la puerta del colegio (Ronda de Atocha, 27).

▪ LLEGADA:

Día 8 de abril aproximadamente a las 21,00 horas a la puerta del colegio (Ronda de Atocha, 27). Saldremos de Santiago de Compostela hacia las 12.00 de la mañana.

▪ Llevar la comida del primer día.

▪ Teléfono de contacto durante nuestra estancia en el Camino: 609 411 748 (Coordinador general de Pastoral: Santiago García Mourelo)



Recomendaciones a la hora de preparar la MOCHILA

No debemos llevar más del 10% de nuestro peso y un máximo de 8kg. (Si peso 50 Kg. puedo cargar con un peso de hasta 5kg, si peso 70 podría llevar 7, pero si peso más de 80kg sólo puedo llevar 8kg.) Teniendo en cuenta el peso propio de la mochila, esto delimitará lo que se puede llevar.

- Calzado: Mejor zapatillas/botas de trekking. **No llevar calzado nuevo.**
- Calzado de descanso/Chandas para la ducha.
- Mochila: Capacidad entre 40 y 50 litros. Las costuras deben ser fuertes, las hombreras acolchadas, con refuerzo lumbar y correas ajustables para la cintura y el pecho. **Funda impermeable.**
- **Saco de dormir ligero.** Fibra. Capaz de aislar temperaturas de 10 grados.
- **Cantimplora** (En esa parte del camino hay fuentes, así que quizá sea mejor llevar una botella pequeña de plástico que pesa menos que la cantimplora).
- Bastones de trekking.
- Dos o tres mudas.
- Calcetines.
- Camisetas. No de tirantes.
- Pantalones senderismo o desmontables (1) y pantalón largo (1).
- Una sudadera/forro polar/jersey.
- **Cortavientos impermeable.**
- Capa de agua/chubasquero+funda para mochila
- Gorro, braga y guantes
- Toalla de microfibra.
- **DNI, tarjeta sanitaria, dinero de bolsillo** (no más de 30€)
- Vaso y cubiertos.
- Bolsa grande de plástico (para meter la ropa de dentro de la mochila si un día llueve)
- Bolsa de plástico (para meter lo que llevemos sucio o húmedo).
- Pequeño botiquín (Vaselina, tiritas, crema anti rozaduras... cosas de uso personal)
- Aseo:
 - Crema protectora
 - Jabón/champú
 - Pasta de dientes
 - Desodorante
 - Peine
 - Pañuelos de papel
 - Cepillo de dientes



salesianos

ATOCHA