



VEREDAS CORDOBESAS

¿QUÉ LLEVAR AL CAMINO DE SANTIAGO? LA LISTA.

MOCHILA

Mochila de 55 l. Altus Alta Ruta
Bolsa de agua con tubo (Bolsillo derecho)

ASEO

Gel y Champú (2 Botes chicos blancos)
Cepillo y pasta de dientes
Desodorante de barra pequeño
Cuchilla afeitar de plástico
Espuma de afeitar (tamaño reducido)
Aftershave (botecillo spray naranja)
Colonia (Frasquito spray azul)
Gomina (Botecito blanco)
Cepillo-peine del pelo ligero
Crema hidratante (Botecito blanco)
Protección solar (botecito spray blanco)
Pañuelos de papel (w.c.)

BOLSA DE ASEO. Ligera y transparente

BOTIQUÍN (llevar sólo uno)

Tijeritas
Aguja e hilo blanco y negro
Esparadrapo de papel y de tela
Tiritas Posit
4 sobres de Espidifén
3 sobres de Frenadol
8 pastillas Renie
Trombocid Forte
Voltarem Crema
Dolotrem 50
Betadine
Furacin

BOLSA - BOTIQUÍN ligera

LECTURA

Cuaderno de viaje (debajo)
1 Libro fino (debajo)

1 boli (dentro de las gafas)
Gafas de vista (Colgando en funda negra)
Cargadores (móvil, GPS y cámara)
Enchufe trifásico (ver modelos)

En los bolsillos y por fuera

Saco de dormir 750 grs.(Fuera arriba)
Termo con vaso ligero (Bolsillo exterior)

ROPA

1 camiseta de manga corta (en una bolsa)
2 camisetas de manga corta técnicas
1 camisa
Funda de almohada
2 calcetines técnicos
1 pantalón largo de andar
1 pantalón corto de andar
2 boxes técnicos
1 pantalón de pijama corto
Bañador o pantalón corto
Chubasquero (con su bolsa)
Sandalias ligeras impermeables

Toalla azul y pañuelo rojo (minis)

Caja grande transparente

Bolsa traje

MENAGE

Navaja multiusos
Cubiertos ligeros+cucharita de plástico
Nescafé
Sacarina
Leche en polvo o condensada
Palillos de dientes
Termo con vaso ligero (Bolsillo exterior)

COLADA

Detergente concentrado (Bote amarillo)
10 Pinzas pequeñas y 5 grandes
3 pinzas para cerrar bolsas
Imperdibles grandes
Cuerda de 3 mts.

Bolsas de basura

Interpretación de los colores:

Naranja: Por comprar
Blanco: Por decidir
Verde: Disponible

Esterillo (por fuera)
Pañuelo rojo (mini por fuera)

LO PUESTO

Zapatillas de andar
Boxer técnicos
Calcetines Quechua
Pantalón largo desmontable
Camiseta de manga larga técnica
Móvil y reloj
GPS y pulsómetro
Bastón telescópico
Linterna frontal
Barra de labios
DNI y credencial
15 ó 20 € y algo suelto

Una gorra o un gorro transpirable

Guantes finos (como pañuelo)
Cámara de fotos (en cinturón)
GUÍA (Copias en bolsa transparente)

Luz piloto rojo
Barritas energéticas
Tapones para los oídos
Antifaz
Llaves del coche y casa (4)
Candado

DOCUMENTOS

DNI y credencial
Carnet de conducir
Tarjeta de crédito
Dinero suelto
Tarjeta sanitaria
Bolsita impermeable transparente(guía)
BOLSA impermeable colgante



**¡Ojo! Esta fue sólo la idea inicial.
No se os ocurra llevar todo esto.**