

Aligera tu Equipo

Aligera tu Equipo para el Camino de Santiago

Aligera tu equipo y ganarás en muchos aspectos.

Viajar con un equipo ligero es toda una filosofía. Requiere que el caminante supere muchos miedos que a menudo hace que se carguen muchas cosas “por si acaso”.

Si nunca has practicado el senderismo ligero te voy a proponer que lo hagas de una forma progresiva y segura. No has de pasar de todo al nada sino que ha de ser algo gradual.

Toma conciencia del peso que acarreas y luego empieza a aligerar.

Juguemos un poco para saber cuál es el peso que llevas encima.

Aligera tu Equipo antes de tu próxima salida, haz lo siguiente:

1 – Pésate desnudo.

Luego vuélvete a pesar con todo el equipo que llevas, ropa, bastones, agua, mochila con todo dentro.

La diferencia entre ambas pesadas te dirá el peso real que acarreas.



2 – Individualiza los pesos – Haz una lista con todos los elementos que acarreas. Desde la ropa interior hasta la **botella de agua**. Pesalos uno a uno con una balanza de cocina. Anota el peso de cada elemento.



Sigamos jugando para preparar nuevos Caminos

A la vuelta del viaje – Separa en cuatro grupos tus elementos.

Grupo 1 – Los elementos que has necesitado, que has usado, y que siempre debes llevar en tus salidas.

Grupo 2 – Los elementos que has llevado y, por suerte no has tenido que usar, pero siempre querrás llevar contigo, como el **botiquín**.

Grupo 3 – Los elementos que has llevado, no has usado y no ves necesidad de llevar en otra salida, suelen ser las cosas que has llevado “por si acaso” Como una tercera muda de **ropa** por si **llueve** y no se seca. Porque no quiero ponerme dos días seguidos la misma ropa.

Grupo 4 – Las cosas que has llevado, no eran necesarias pero te dan confort como puede ser un receptor de radio o una baraja de naipes, estos elementos los querrás llevar porque sí, y si es tu confort pues nada que alegar.

Anota el peso de todo lo que forma el grupo 3 y sabrás una parte de lo que puedes no acarrear en tu próxima salida.



Aligera los elementos que lleves

Si tienes el peso de cada elemento de los grupos 1 ,2, y 4, busca alternativas individuales a cada pieza que sea más ligera.

Busca el elemento más ligero en su especie.

Un vaso de plástico más ligero, una **botella de agua** que en lugar de ser de aluminio sea de plástico desechable, etc.

La diferencia de pesos elemento a elemento anótala en una nueva lista para saber cuánto es este nuevo ahorro de peso.



Tunea

Si la **mochila** la has pagado pues es tuya y si esas gomitas, ese compartimento con cremallera, esas cinchas, esos ganchos, esos soportes para el piolet, no los vas a usar para nada te recomiendo que cojas unas tijeras y un cutter y lo recortes.

Eso sí, mételo todo en una bolsa de plástico para pesarlo al final y saber todo lo que no cargarás en tu próxima salida.

Haz lo mismo con las etiquetas de la ropa, con todo lo que puedas tunear.

Aligera los elementos que cargues y lo agradecerá tu body.



Re-ensasa

Para una semana o dos no hace falta llevar un bote de **champú** enorme.

En las tiendas de plásticos venden envases de poco peso y diversas capacidades.

Los **necesar** actuales para llevar en la cabina de un avión tienen varios envases de 100ml donde puedes re-ensasar todo lo que has de llevar.

Las bolsas de los **sacos de dormir** suelen pesar mucho porque llevan cierres y tensores.

Doblar un saco por el mismo lugar muchas veces lo acaba rompiendo.

Es mejor usar una bolsa sencilla de esas de plástico de los supermercados, y meter el saco a barullo.

De nuevo: Re- envasa todo en contenedores más ligeros y no llesves cantidades innecesarias de nada.



Para más información te recomiendo los mochileros ligeros americanos en Backpacking Light y los franceses en Randonner Leger.

¡! BUEN CAMINO, PEREGRINO ¡!

¡! ULTREIA ET SUSEIA ¡!

