

Le Puy en Velay

Le Puy en Velay a San Jean P.P. Una peregrinación diferente

Empezar en Le Puy en Velay, el país de Heidi y cruzar el Armañac entre otras regiones francesas. Ver libélulas a cada instante. Vivir en una película. Encontrar todas las Iglesias abiertas. y mucho mas.

Algunos comentarios

Peregrinar por Francia ha sido una experiencia. Muy buena. No hablo mucho francés pero me entendí todo el tiempo. La gente ha resultado de lo más acogedora.

Le Puy en Velay está en una zona volcánica y durante un tiempo caminas por zona de piedra negra tipo piedra pómez. Si ves fotos de la zona verás que hay "agujas", son columnas muy empinadas algunas grandes como montañas y en lo alto de ellas suele haber iglesias.

He visto mucho maíz, girasol, uva.

Francia no es llana en la parte inicial de este camino que se asemeja al del Norte o al Primitivo con zonas de continuas subidas y bajadas. Luego sí es mas llana y al acercarse a los Pirineos vuelve a haber desniveles.



Albergues

La planificación del viaje requiere reservar en los albergues del Camino de Le Puy en Velay y también en otros ya que en Francia el que ha reservado tiene preferencia sobre el que va a pie y con mochila. Se sigue un GR, el 65, sigues marcas rojas y blancas y no flechas, por ello es normal encontrar gente que va en sentido inverso, hacen excursiones, son “randonneurs”.

Hay peregrinos en moto y en coche además de los que van en bicicleta o a pie. Hay servicios de traslado de mochilas por lo que hay gente que va a pie y no las lleva a cuestas.

Por ello es importante reservar. hay varios, algunos enormes como el seminario y otros pequeños como el de Santiago.

Los albergues son de muchos tipos: Los hay que son como

casas rurales, los hay que son grandes residencias estudiantiles, los hay parroquiales, municipales, etc., por ello es conveniente informarse antes de todos los detalles de cada uno de ellos. En el mismo Le Puy en Velay

Se paga por dormir y la variedad de precios es grande. Además suelen tener media pensión. A menudo se puede pagar solo por el desayuno o por la cena, pero otras veces hay que pagarlo junto.

Dormir suele ir de 5 a 15 Euros, Cenar está sobre los 11 Euros y el desayuno suele ser por 5 Euros. Lo que te dan en cada sitio también es diferente por lo que a veces resulta una ganga y otras te va a parecer que es caro.

Si hay cocina, algo bastante generalizado, podrás cocinar y ahorraras mucho dinero. Un kit de poco peso y mucha usabilidad es conveniente llevarlo para usarlo. En los pueblos hay que acudir a la panadería (Boulangerie) y al colmado (Epicerie) o súper que los hay de varias cadenas p.e.: "Casino", para comprar el pan, la fruta, las verduras y proteínas.

No cargues con peso de buena mañana, compra el pan por el camino, una baguete o así y por la tarde, en el pueblo lo otro. Ten en cuenta que domingo y lunes en los pueblos pequeños todo está cerrado.

Se puede lavar ropa cada día y a menudo tienen centrifugadora, pregúntalo porque secas en un momento. La lavadora de pago suele costar 3 Euros.

El equipo



Si haces el camino entero desde Le Puy en Velay a San Jean Pied de Port superarás los 800Km así que es normal destrozar unas zapatillas.

Las botas de cuero tipo alpino aguantan más. Pero dan más calor.

Si vas a cargar con la mochila todo el tiempo lleva una ligera, si es pesada se puede mandar con un servicio, de albergue a albergue.

Encontrarás mucha gente que hace tramos de una semana o dos, sobretodos franceses pero también senderistas de otros países como Alemania. También encontrarás peregrinos que vienen de muchos países y van a hacer el camino completo hasta Santiago de Compostela.

Los bastones son muy útiles, al principio por los desniveles y luego, en zonas más llanas, porque hacer Nordic Walking te descansa mucho las piernas. En cuanto al resto del equipo he

hecho una evaluación aquí, en página web aparte.

Este camino de Le Puy en Velay lo vives como si estuvieras en la edad media, si no fuera por los coches la ilusión sería completa. La zona del Aubrac y también las siguientes está limpia y cuidada y hay paisajes rurales y urbanos preciosos. La limpieza del entorno se evidencia por la cantidad de libélulas y de todo tipo de insectos que verás.

Las iglesias suelen del Camino de Le Puy en Velay estar todas abiertas. A menudo ves como a primera hora de la mañana una encargada las abre porque en el entorno rural hay pocos curas y pocas misas, pocas vocaciones como en España. Luego por la noche las cierran, no todas, he visto peregrinos dormir en alguna ocasión en su interior. Es un enfoque totalmente diferente ya que el estado francés no paga a la Iglesia que ha de conseguir que los feligreses la mantengan. Así los curas hacen más "marketing" de su trabajo que en España. No quiere decir que les roben menos probablemente igual pero que alguien las controle cada día les permite saber el día exacto del robo y actuar rápidamente.

Me sorprendió darme cuenta al llegar a España que no había tenido que sacar el DNI de mi cartera en un mes. Nadie me lo había pedido. Desde el aeropuerto de Barcelona hasta el albergue de Roncesvalles, mi DNI descansó plácidamente en la cartera.

Los monumentos que encuentras suelen cobrar entrada para visitarlos, incluso algunos que están deteriorados y que algún venerable anciano o anciana te muestra mientras te cuenta su historia, la del monumento y la suya,en francés.

En verano hace calor y llueve fuerte pero en pocas ocasiones. Mucho calor, por ello es conveniente salir con la primera luz de la mañana. Cuando llueve suele ser un diluvio, lluvias de agosto, ya se sabe. Es bueno seguir la

“meteoFrance”, también en los albergues te lo dicen. De hecho, mayoritariamente, sea un albergue grande o sea pequeño, buscan ofrecer un servicio de primera y se desviven por darte cuidado e información. No lo rehúyas porque todo son ventajas.



***Equipo ligero y minimalista implica pensarlo muy bien.
Resultados.***

La mochila de 300gr.

Al final opté por llevarme la más ligera. Menos resistente porque el nylon es más fino. Se portó muy bien. Al no tener estructura se adapta bien a la forma de la espalda. Se suda pero es poco. La impermeabilización funcionó bien y eso que me cayeron varias lluvias/duchas de bastante tiempo, horas. No se desgastó el tejido ni las cinchas. La parte más sucia y desgastada es la de las hombreras. Como mejoras a aplicar en la próxima van a estar bolsillos más ergonómicos a cada lado para la botella de agua. Vi muchos carritos, incluso para llevar delante como si fueran carretillas pero como mi mochila es muy ligera no lo considero. Conclusión: Para el año que viene me haré una nueva igual con los bolsillos mejorados.

La esterilla de 156gr.

Realmente nunca he tenido que utilizarla para dormir en el suelo. En España dormí en "tatamis", en los albergues parroquiales pero con el "tatami" y un par de mantas debajo conseguí un buen confort y dormí bien. Conclusión: Para el año que viene la volveré a llevar. Aquí, más sobre esterilla.

El "quilt", o saco de dormir de 370gr, el saco sábana.

Solo lo tuve que usar el "quilt" un día. Durante todo el mes usé el saco sábana de seda. Este saco sábana se portó muy bien la seda abriga si hace frio y es fresca para cuando hace calor. Conclusión: Para el año que viene los volveré a llevar ambos. Aquí mas sobre saco y quilt, y como hacerte uno muy ligero.

Agua.

Llevé una botella de agua con gas de color verde y una forma que me resulta manejable de un litro en una funda de plástico de burbujas plateado. Como lo que muestro aquí. Como cada año la funda fue perdiendo el plateado y al final era como muy transparente pero las burbujas seguían manteniendo el agua fresca varias horas. En una etapa sabía que necesitaría más agua y cargué otra botella que compré en una tienda y al acabarla la tiré (ecológicamente, a un contenedor amarillo). Conclusión: El año que viene los volveré a llevar lo mismo para el agua.

Palos de "nordic walking" de 370gr la pareja.

Me ayudaron mucho. Muy bien en subidas y bajadas y en llano, tanto como apoyo como empujando al estilo "nordic walking". Son muy plegables, como los de los ciegos, se reducen a un tercio de su tamaño. Así los puedo llevar en la mochila al llegar a los albergues y viajando en los trenes. Los llevo tuneados. He sustituido la muñequera por una sencilla cinta plana y he cortado, con una sierra de metales, la roseta

inferior para que no se me vayan enredando con las plantas. Conclusión: Volveré a llevar los palos el año que viene. Aquí más sobre bastones y nordik walking.

Zapatillas de andar.

He llevado unas zapatillas ventiladas de suela grabada con unas plantillas adicionales de silicona para amortiguar más los impactos del camino. Las plantillas de silicona se rompieron y las propias de las zapatillas se agujerearon en los talones, a los 900Km. Por suerte estaba muy cerca de una ciudad así que hice un apaño un par de días con esparadrupo para sujetar lo roto y para cubrir los agujeros y seguí a la ciudad donde pude comprar nuevas plantillas deportivas con gel y seguir sin problemas. Conclusión: El próximo año volveré a llevar zapatillas ventiladas con plantilla adicional. Aquí más sobre calzado.

Zapatillas de descanso.

Siempre he llevado unas sandalias de plástico espumoso del tipo de las flip-flap. Me han ido muy bien para la ducha, las tardes y el descanso. Al regresar me he comprado unas sandalias para caminar y estoy evaluando sustituir las de plástico por estas. El conjunto es más pesado pero me da alternativas. Conclusión: Probaré este otoño y en primavera las sandalias y decidiré para agosto que llevar o las de baño o las de andar.

Ropa.

Llevo muy poca ropa. Dos, o solo uno de cada. Dos camisetas, dos pantalones, dos pares de calcetines, dos calzoncillos, un polar, un cortavientos, unos guantes ligeros, dos sombreros, un chubasquero, unas perneras de lluvia. También llevo una rodillera porque a veces se queja una rodilla. Este año decidí llevar dos camisetas del mismo color, naranja. Se ve mucho en carretera y no atrae a los mosquitos, a diferencia del amarillo y el verde pistacho. Eso fue muy divertido ya que al poco todos me conocían.

Llevo un pantalón corto y otro largo desmontable. Llevo dos sombreros. Uno es uno con ala en todo el ruedo y de color negro por la parte inferior. Así con mucha luz resulta que refleja menos. El otro es un gorro americano con visera. Este segundo me va bien cuando hace viento porque el otro no conserva su forma y también me lo pongo bajo la capucha del chubasquero cuando llueve para que el agua no me ciegue.

Los guantes son de lana muy pequeños, suficiente para pasar de Saint Jean a Roncesvalles con lluvia y frío, se portaron muy bien. Llevo un chubasquero para mi y la mochila. En lugar de pantalón de agua llevo unas perneras, han sido la evolución de unos guetres o polainas hacia arriba y unos pantalones hacia abajo. Conclusión: El próximo año llevaré el mismo tipo de ropa y en la misma cantidad. Aquí más sobre ropa. Aquí más sobre equipo para la lluvia.

Aseo.

El neceser minimalista fue suficiente aunque un par de veces otro peregrino me regaló champú-gel para rellenar mi bote. Realmente necesito 200cc para el mes, llevé solo 100. El resto funcionó bien. Gasto muy poco dentífrico porque pongo poco en el cepillo y un tubo pequeño fue suficiente. Media pastilla de jabón de lavar de "Marsella" fue suficiente ya que generalmente encuentro pastillas en los lavaderos de los albergues. Perdí una toalla (absorbente de cocina) y tuve que comprar otra en una tienda al día siguiente, alrededor de 4 euros de coste. Conclusión: El año que viene llevaré el mismo equipo aumentando la cantidad de champú-gel a 200cc. Aquí más sobre el equipo de aseo.

Botiquín

El **botiquín**, que a la vez es un poco caja de herramientas, fue muy útil.

Tuve problemillas con los pies porque con el calor y a pesar de zapatillas ventiladas, cuando sobrepasé los treinta

kilómetros en un solo día me salieron ampollas en el talón. Con una aguja saquera e hilo ancho de algodón hice drenajes y con un spray de clorohexetideno desinfecté el lugar. Lo tuve toda la noche al aire y a la mañana siguiente nueva desinfección y cobertura con enorme tirita hecha a mano a base de gasa y esparadrappo ancho. A los pocos días se secó todo y se convirtió en callo.

Contenido del botiquín

Clorohexetidina en spray, esparadrappo ancho, gasas, hilo de algodón ancho, tijeras escolares con la punta redondeada. Tres agujas de coser, una saquera y dos más finas. Una jeringuilla de tipo insulina para vaciar ampollas.

Equipo de reparación de la mochila: Hilo de poliéster, un poco de tela de nylon de cada tipo que compone la mochila (3). Un pedazo de cómo medio metro de cincha. Una hebilla de cada tipo que lleva la mochila.

El botiquín también incluye las gafas de sol con unos cristales oscuros y otro amarillos, las gafas de leer, un frontal y una pila de repuesto. una manta de supervivencia, un spork (Cuchara, tenedor), una navaja suiza ligera, Un vaso confeccionado con un brick de zumo al que le he recortado la parte superior. No pesa nada, dura mucho y es fácil de sustituir. Varias tarjetas micro SD con mapas de Francia y España y los tracks del Camino. Otras tarjetas SD para la máquina de fotografiar. El cargador del teléfono móvil. Bolígrafo, varias gomos elásticas, una docena de imperdibles y cuerda de tender (aquí o en el neceser), limas y cortaúñas, y tapones para los oídos de repuesto,

Máquina de fotografiar

Llevé una máquina que usa de pilas normales, AA, de las que se pueden adquirir en todas partes. Llevé una Canon 160. Está máquina también tiene función manual que a mi me parece imprescindible. Tiene una definición de 16MP y un zoom de

16x. Con un peso muy contenido y un tamaño que cabe en un bolsillo. . Quedé encantado con ella, hice casi cinco mil fotos. Comentarios sobre **electrónica** en el Camino en este post.

GPS

Para mí el **GPS** es un seguro para no perderme. Por prudencia llevo una tarjeta de repuesto con toda la información. Llevo mapas topográficos y el camino marcado. Así si me despisto o decido tomar un camino distinto, siempre puedo volver al camino señalado, a menudo por senderos o carreteras del mapa. Llevé un Garmin Etrex 20 y quedé muy satisfecho. Los tracks de mis caminos los suelo colgar en Wikiloc donde soy el usuario **jose ARROBA todocaminosantiago.com**

Para futuros caminos he decidido probar pilas recargables y tunear un cargador para que pese poco.

Teléfono

Preocupado por la frecuencia con la que hay que recargar un teléfono inteligente llevé un modelo sencillo. Observé que en Francia no hay ningún problema en recargar cada día. Eso sí, pesó mucho menos. Quedé contento con él.

Con respecto al teléfono he de sopesar entre pesado-inteligente- más opciones y ligero-no inteligente- opciones básicas.

Fotos – Gente

Hice casi cinco mil fotos porque la experiencia lo vale, los paisajes y los monumentos son excepcionales.

Pero lo mejor, como siempre, ha sido el contacto con otras personas, peregrinos y aldeanos, gente encantadora, con muy pocas excepciones que he olvidado porque tuvieron muy poca importancia en un viaje tan maravilloso.

Aquí tienes mi video Camino de Santiago desde Le Puy en Velay hasta Saint Jean Pied de Port

Este es el Camino que muchos hacen desde Europa para ir por Francia a Roncesvalles y a Santiago por el Camino Francés..

Espero que te guste.

¡ !BUEN CAMINO PEREGRIN@! !

!!ULTREIA ET SUSEIA!!