

# Como hacer una mochila muy ligera

## Como hacer una mochila muy ligera para el Camino

Como hacer una mochila muy ligera. Porque las ventajas de llevar poco peso son muchas. Para tus excursiones. Para el Camino de Santiago.

Hace un tiempo expliqué, en esta página web, como hacer **un saco de dormir** de menos de 500 gramos y un coste de 10 euros.

Ahora te propongo hacer una mochila de unos 50 litros con un peso de unos 300/350 gramos apta para hacer cualquier **Camino** de Santiago y con un coste máximo de 30 euros.

Al escribir este artículo la mochila ya está acabada. Me ha llevado unas 15 horas cosiendo y cortando, ha quedado bastante bien.

Puedes ver las fotos de la mochila acabada.



Hay libros de mochileros ligeros de todo el mundo que te darán otros modelos. Tu escoges.



## Los mochileros ligeros todavía somos una minoría.

La mayoría de la gente usa una mochila pesada. Una mochila que suele ser grande, puede que ergonómica, con ventilación

y con muchos gadgets para colgar cosas, con gomas para colgar p.e.: un piolet, y bolsillos para llevar las cosas clasificadas. Aunque a menudo no se encuentra con rapidez al llevar tanto bolsillo.

Puede que a los que lleven una mochila grande y pesada les falte información sobre la existencia del movimiento "ligero". A veces también ocurre por inseguridad.

Al entrar en un mundo aparentemente «peligroso» como el monte se quiere una seguridad adicional. Se elige una mochila que serviría para montañismo de cumbres. Por este mismo motivo, la seguridad, también se llevan muchas cosas "por si acaso" hacen falta. Eso acaba siendo mucho peso y empeora nuestra facilidad de caminar. Los Caminos de Santiago transcurren por pueblos y en ellos se puede comprar todo lo necesario.

Por otro lado después de años he visto como el peso excesivo es la mayor razón para el abandono del Camino a los pocos días. Una vez te averías por culpa del peso excesivo la gente trata de aligerar enviando cosas a casa pero suele ser tarde. Una tendinitis, o unas ampollas suelen requerir que lo dejes, vuelvas a casa, y cuando te cures vuelvas a empezar con menos peso.

Si has venido desde muy lejos y volver es muy difícil entonces has de descansar hasta que se cure y viajar con menos peso.

Aquí te voy a explicar cómo hacer una mochila ligera sencilla.

La haremos juntos.

Pruébala cuando te entrenes para el Camino. Cárgala con todo lo que vas a llevar. Incluso **con el agua**, en este post te expliqué como uso muy poco peso para llevarla.

Si te resulta satisfactoria..... adelante, y recuerda que también puedes hacer otra modificando cosas para que se ajuste aún más a tus gustos.

### **Características de esta mochila**

Quiero hacer contigo una mochila ligera pero fuerte como para llevar, si hace falta unos 9 kilos. Con una capacidad de alrededor de 50 litros y con un collar superior extensible por si has de llevar un pan grande o cualquier otra cosa. Que sea como un saco de nylon con hombreras, con bolsillos laterales y frontal grandes donde dejar la chaqueta, el agua, los palos, si se pliegan, u otra cosa. Con hombreras anchas con posibilidades de colgar elementos como el gps y pasar un tubo para el agua que venga de un depósito trasero o lateral. Una mochila que sea impermeable para no tener que llevar una funda de mochila para la lluvia, y además que se pueda personalizar.

Podrás hacer bolsillos más pequeños en los que ubicar botellas de p.e. medio litro de agua. O ponerle cinturón, si es que te gusta así. También puedes añadirle una cincha pectoral. O puedes sustituir los bolsillos de malla por bolsillos de nylon si vamos a ir por senderos estrechos y boscosos y temes que se nos vaya engancho con las ramas, o si temes que elementos de pequeño tamaño se te puedan escurrir por los agujeros de la malla. También puedes hacer las hombreras, y los cinturones, sin relleno de espuma y con aberturas con velcro para usar como acolchado unos calcetines, ropa interior, toalla, guantes, etc.

Hasta puedes hacer la misma mochila con tejido más grueso como la "cordura", pero ya no será ligera.

Si haces una verás lo sencillo que es cambiar cosas y personalizarla.

## Cuidados

Mis mochilas ligeras han aguantado muchos kilómetros sin grandes problemas. He hecho con ellas el Camino Francés, el Camino de la Costa, el de Bayona, de Le puy a Roncesvalles y aún más, hasta 15 mil Km. Ciertamente ha habido algún problema como un pequeño desgarró al engancharse mi mochila en una alambrada de espinos, (mi culpa), o un desgaste de una tela excesivamente fina, por culpa del roce, en la espalda, o también, en una ocasión el descosido de una hebilla.

Todo lo solucioné con esparadrapo, hilo y aguja.

Llevo un mini kit de costura con un poco de tela, hilo, aguja y una hebilla de hombrera.

Cuida tu mochila y te durará mucho tiempo sin contratiempos.

## Herramientas

Esta mochila se puede hacer cosiendo a mano pero yo la hago usando una máquina de coser, lo que me facilita mucho la labor.

Es cierto que hoy en día una buena parte de la población no sabe usar la máquina de coser pero es muy fácil.

Cualquiera que sepa usar un coche o una moto no ha de tener ningún miedo a usar una máquina de coser

Si tu no tienes una en casa pídelo a alguien de la familia o un amigo.

Mejor eléctrica. En «google» puedes encontrar manuales de máquinas como la que uses y artículos de como se cose con una máquina. Así aprenderás donde tiene tu máquina los elementos de ajuste para un cosido perfecto.

Te aseguro que usarla es solo cuestión de práctica y más fácil de lo que parece.

Te aconsejo que antes de empezar compres agujas de coser. Un par de cajas con agujas de 80, 90, y 100. Cuanto más alto es el número más fuertes y más grandes son y también más gordo hacen los agujeros en la ropa para pasar el hilo. Una aguja nueva cose mejor así que si en el proceso notas que de pronto coses peor puedes cambiar la aguja por una nueva y mejorará.

Proveete también de hilo. Hay hilo de algodón y de nylon (poliéster).

El algodón es una fibra natural y puede pudrirse por lo que es mejor que uses hilo de poliéster. En largas excursiones, con lluvia, te puedes encontrar con zonas de la mochila descosidas. El color del hilo no es tan importante como al coser ropa de vestir por lo que el de color negro te valdrá para todo.

Un pequeño artilugio de gran utilidad es un descosedor. Es la vuelta atrás de muchos errores.

Ajenciate unos alfileres, imperdibles, pegamento en barra y unos pesos para ayudarte a sujetar la ropa al coser.



Has de conocer unas pocas cosas de tu máquina de coser. En todas las máquinas hay reguladores de tensión del hilo que viene de arriba y del que viene de abajo (de la canilla). Usa el mismo hilo arriba y abajo y regula los tensores para que el cosido te quede regular. Haz pruebas. Usa para ello una tela de color claro y cóselas como prueba. Ha de quedar igual el cosido por cada lado de la tela. Si en un lado ves un hilo plano y puntos del hilo del otro lado que lo atan es que falta tensión en el otro lado o que sobra en este. El cosido ha de ser igual por los dos lados y los puntos se han de entrecruzar dentro de la tela.

También hay un regulador del largo del punto. Eso dice

cuantos puntos haces por cada centímetro de cosido. Cinco o seis está bien para coser el nylon con que haremos la mochila.

También suele haber un regulador de distintos tipos de cosido: Línea recta, zig zag, etc. Verás que siempre uso línea recta pero a veces, con los reflectantes y adornos, uso el zigzag. No es imprescindible porque todo lo que hago en zig zag se puede coser en línea recta.

## **Materiales**

Si observas **mis mochilas de 300 y 350 gramos** verás las siguientes partes:

El cuerpo de la mochila es como una bolsa de nylon. Así que necesitamos tela de nylon. Preferentemente impermeable porque en caso contrario vamos a necesitar una funda de agua. Para esta mochila he usado Nylon siliconado.

Hay partes de la mochila que soportan mucha tensión y que rozan con nuestro cuerpo. Conviene que ahí sea un nylon más grueso y en el resto de la mochila se puede usar un nylon fino. La rigidez en este tipo de mochilas se la proporciona la esterilla que se sitúa o dentro o fuera. Esterilla que se usa doblada en acordeón dentro o fuera, o como un tubo dentro.

En esta mochila la he situado fuera y doblada en acordeón.

Como vamos a hacer tres grandes bolsillos donde dejar cosas, uno al frente y dos a los lados, necesitaremos tela de malla.



Para sujetar la esterilla en el exterior de la mochila vamos a hacer dos bolsillos de tela elástica de Lycra.

Elige los colores que más te guste. En mi ejemplo he usado

colores azules y para los detalles a resaltar amarillo y marrón.

También nos hará falta:

Cinta reflectante – Como a veces es difícil de encontrar sale a cuenta reciclar un chaleco de automovilista y descoser un pedazo.



También hará falta goma plana de mercería para que los bolsillos de malla queden cerrados. De cómo un centímetro de ancho. Con un metro alcanza.

Necesitaremos Cinta plana de cómo un centímetro de ancho. Para que arriba de los bolsillos laterales haya sujeción para cosas largas como los bastones de andar.



Usaremos Cinta plana gruesa como la anterior pero de unos 4 cm de ancho para construir las hombreras. Un metro y medio es suficiente.

Necesitaremos cinchas para los tensores de las hombreras. Han de ser del ancho de las hebillas que encuentres. A mí me gusta como de 2 cm porque soporta mejor la tensión del peso. Unos cuatro metros son bastante.

Dos hebillas tensoras para ajustar las hombreras. Del mismo ancho que las cinchas.

Una hebilla tensora para el cierre de la mochila.



También 2 m de cuerda y un tanka para el collar superior.

Para el relleno de las hombreras puedes usar dos trozos de

una esterilla vieja.

## **Reciclar**

Busca por casa y reutiliza materiales. Seguro que tienes cerca una mochila escolar de la que coger cinchas, hebillas, tankas.

Busca esas bolsas de nylon ligeras que se cuelgan a la espalda para ir a la playa o al gimnasio. Si tienes alguna impermeable y no la usas su tela es del tipo adecuado.



¿Tienes un impermeable tipo canguro de nylon fino que se ha quedado pasado de moda y no usas? Ese nylon es perfecto para tu mochila.

En días de lluvia recoge, sin tener vergüenza, paraguas rotos que la gente deja en las papeleras porque la tela de nylon de un paraguas es lo que buscamos para casi toda la mochila.

Con un poco de reciclaje la mochila te va a costar cero euros.

A lo mejor no tienes un trozo de tela suficiente para una parte de la mochila pero puedes empalmar dos trozos con un "cosido francés" (mira en google "french seam") y lo solucionarás gratis.

Mi consejo es exactamente este recicla viejos elementos y construye tu primera mochila con el mínimo coste.

Para el ejemplo he usado trozos diferentes, colores diferentes, materiales reciclados y otros nuevos, como verás el aspecto final no queda mal.

## **Lista de la compra:**

Nylon siliconado fino 1mx1.5m (Suele ir en bobinas de 1.5m

de ancho)

Nylon siliconado grueso 0.35m x 1.5m (También en bobinas de 1.5m de ancho)

Malla 0.35m x 1.5m

Lycra 0.35m x 1.5m

Velcro ancho 1cm, 1,5m

Cinta reflectante 1,5m

Goma plana para ropa ancho 1cm, 1,5m

Cinta plana 1cm. 2m – He usado de color marrón en los remates de la tela de lycra para que se vea bien.

Cinta plana 4cm, 2m

Cinta para cinchas de mochila 2cm de ancho, 2.5m – He usado cintas de colores varios. Unas veces amarillas para que se vieran bien.

Hebillas tensoras 2cm 2unidades

Hebilla cierre 2cm 1 unidad

Cuerda 2m

Tanka 1 unidad

Espuma esterilla un trozo.

**Para impermeabilizar las juntas y los agujeritos del cosido necesitarás:**

Un litro de aguarrás (no de sustituto sino de aguarrás auténtico).

1 bote de silicona transparente como la que se usa para cristales.

también un pincel pequeño y barato.

## Objetivo

Para que veas que hay por ahí te enseño unas cuantas fotos de mochilas que vamos a mezclar.



La primera foto, la del libro del principio, la mochila azul es un modelo que pesa 100 gramos. Yo tengo una e hice con ella el Camino entre Pamplona y Estella para probarla. Es de un nylon que cruje un poco. Se llama mariposa y la ideó Glen Van Peski. Como ves es tan solo un saco de nylon con hombreras rellenas con los calcetines de repuesto. Por eso pesa casi nada.

Si te apetece **busca** en google como se hace **el modelo G4 de mochila**, la de Glenn Van Peski. Aquí hago referencias a ella y al plan de montaje de sus instrucciones.

Aquí otro modelo sencillo de los que Glenn vende en su empresa GossamerGear.



Glenn vende también otras mochilas hechas un poco más pesadas que 100 gramos y con más elementos en su empresa GossamerGear, como esta.



Lo que voy a proponerte construir es algo intermedio y parecido a esto que lleva este caminante americano.



Fíjate en los detalles de esta.



Tres bolsillos de malla para meter cosas sin abrir la mochila.

Las cintas a los lados, que yo no he incluido pero que son fáciles de añadir al coser frontal, laterales, trasera, pueden servir para pasar una cuerda entre ellas y dar rigidez al conjunto.

Un cierre con cincha superior.

En esta otra foto puedes ver:



El cierre superior con hebilla.

Un asa para transportar la mochila

El compartimento trasero elástico de p.e.: Lycra, para llevar la esterilla a mano y para dar rigidez al conjunto.

Esterilla recortada o dorsal, así llamada porque las piernas al dormir se reposan en la propia mochila que se pone a continuación de la esterilla como aislante.

Esterilla como ésta:



En esta mochila de Glenn verás también que lleva las hombreras vacías, sin relleno.

Las cinchas se quedan a media hombrera. A mí me gustan más con una mayor resistencia por lo que llevo la cincha hasta arriba de la hombrera.

También verás que añado reflectantes y más lugares donde sujetar cosas como el GPS y suprimo la cincha pectoral y el

cinturón.

La mochila de estas últimas dos fotos es un estándar de Glenn, la GVP4 y la han usado centenares o miles de excursionistas. En su día Glenn explicó cómo hacerla. Lo encontrarás aquí junto con otros ejemplos de mochilas. Es bueno que veas los dibujos, las fotos y las técnicas antes de empezar con la tuya.

Yo no dibujo muy bien y me basaré en estos ejemplos para explicar cómo hacer la mochila.

Otras mochilas en las que fijarse:



## **Despiece de la tela**

Aquí te muestro como he cortado las telas principales:

### **Nylon fino:**



Puedes aprovechar los retales para hacer las cintas de remate de las gomas de los bolsillos, central y laterales. Son tiras de 3 cm de ancho. También los cuadrados de 12 x 12 con los que haremos los refuerzos inferiores de las hebillas de las hombreras. Yo las he hecho de nylon marrón para que se vean mejor en el montaje de la mochila.

Detalle:

De izquierda a derecha y de arriba abajo. El collar o pieza de arriba de la mochila. El Frontal. Los dos laterales Dos partes de hombrera, y horizontalmente los otros dos para hacer la otra hombrera.

Medidas, en centímetros, para este ejemplo:

Collar 95×30

Frontal 35×70

Laterales x2 50×20

Hombreras x4 55×20

Refuerzo cincha parte baja: 2x 12×12 – Para que se vea he usado otra tela de color marrón.

### **Nylon grueso:**



Detalle: La parte más grande es la trasera de la mochila. La pieza pequeña es el refuerzo para las hombreras.

Medidas, en centímetros, para este ejemplo:

Trasera 90×35

Refuerzo 20×35 – sobraré un trozo y se puede hacer con otro tipo de tela ya que es un refuerzo y un remate embellecedor.

### **Malla:**

Detalle:

La pieza grande es el bolsillo central, el frontal de la mochila. Las dos piezas más pequeñas son los dos bolsillos laterales.

Medidas, en centímetros, para este ejemplo:

Central 45×35

Laterales 30×35

Si tienes problemas para encontrar este tipo de tela busca tela de mosquitera en la ferretería o tienda de ropa.

Ahora ya tenemos todas las piezas y ya podemos a empezar a construir la mochila.

### **Empezamos por hacer unos patrones y cortar las telas.**

Arriba te indiqué los recortes de las telas para un tamaño de mochila de unos 35cm de ancho, 20 de fondo y 65 de largo.

Tu puedes hacerla más ancha o más baja, a tu gusto.

En este artículo voy a seguir los tamaños especificados arriba.

Te recuerdo que como guía mires como Glenn Van Peski hace el **modelo G4**.

Los dibujos y explicaciones de Glenn ayudan a entender muchas cosas.

Otro consejo: Antes de empezar a coser lee, otra vez, entero todo este artículo para entender bien todo lo que hago y el orden en que lo hago.

### **Las hombreras**

Para fabricar las hombreras empiezo con las cuatro piezas iguales que cortamos de nylon fino que las formarán. Pueden ser de colores diferentes, si tienes telas diversas, puede quedar muy divertido.

Sobre un pedazo de papel, que hago engancho con tira adhesiva dos hojas din a4, dibujo la hombrera dejando un margen de unos 3 cm para coser con tranquilidad. Glenn las hace muy rectilíneas, a mi me gustan redondeadas.

Dejo el margen para el cosido por los dos lados y por la parte baja de la hombrera, por la parte alta de la hombrera no hace falta ningún margen.

Este es el único patrón que vamos a necesitar lo vamos a utilizar varias veces así que hazlo con tranquilidad.

Si quieres usa una hombrera de otra mochila como plantilla deja el margen de 3 cm para coser.



Atención: Las telas plastificadas o siliconadas tienen un lado “bueno” y otro “malo”. El “bueno” es el que va a quedar por fuera y suele ser un poco más mate, el “malo” es el que queda por dentro y suele tener más brillo, es el que tiene el plastificado y un tacto gomoso.

Para que al final no se vean señales marcaremos por el lado «malo», si marcamos el «bueno» lo haremos con tiza de modista que venden en las mercerías en formas diversas, yo uso un lápiz de tiza. Se borra muy bien.

Ponemos los cuatro lados «malos» boca arriba en la mesa.

Con el patrón que hemos dibujado marcamos dos lados derechos y dos lados izquierdos como en la foto.

Dos de un lado del patrón y dos dándole la vuelta al patrón.

Recortamos en el patrón de papel el margen de 3 cm que hemos dejado para el cosido y volvemos a marcar en las cuatro telas la hombrera. Realmente solo haría falta en dos, una de derechas y otra de izquierdas pero prefiero marcar las 4.

Como en las fotos siguientes.



Personalmente me gusta que la cincha llegue hasta arriba de todo de la hombrera y coserla con la tela de la espalda. Por

eso me gusta más la hombrera que explica Ray Jardine en sus libros Beyond Backpacking y Trial Life.

No me gusta tanto como Glenn Van Peski deja a media hombrera el final de la cincha. Lo puedes ver en la foto del modelo G4 a continuación. Verás que las hombreras no están rellenas ya que tienen un velcro y las puedes llenar con ropa de tu uso y así ahorras el peso del relleno. Lo explica Glenn en la figura 2 de su **guía de montaje**.



En esta foto de una mochila que hice anteriormente te muestro como queda si se cose hasta arriba.



Me gusta coserlo haciendo una uve. He usado para cada hombrera 35 cm de cincha ancha y 65 cm de cincha estrecha. Atención: La cincha estrecha es la que se usa para las hebillas por lo que ha de ser del mismo ancho que ellas.

Quiero llegar a este resultado:



Uso los materiales que ves en la foto y un poco de pegamento en barra y alfileres para que no se mueva al coser:



El mechero sirve para sellar los extremos. Prueba en un trozo que te sobre y verás que al quemarlo ligeramente queda sellado y no se deshilacha.

Una vez preparadas las dos cinchas las cosemos a la cara buena de la hombrera. Una a la derecha y otra a la izquierda. Los espacios que dejamos servirán para colgar

cosas o sujetar un tubo de agua. He usado espacios de 6cm en la parte baja y de 3 cm en la parte alta.



Queda algo así:



Donde empalman la cincha estrecha con la ancha he cosido unas tiras de material reflectante como ves en esta foto:



Hago un sándwich de cincha y hombrera para coser los dos lados de la hombrera. Mira la foto:



En esta otra foto muestro una al derecho y otra al revés las dos hombreras antes de coser sus dos caras:



En esta foto ya he acabado una hombrera y voy a empezar a coser la otra. Recorto el sobrante que queda dentro para quitarle peso.



Para el relleno uso espuma de una esterilla vieja. Con el patrón de la hombrera marco dos piezas para recortarlas. Son más cortas (12 cm) porque no necesito relleno por la parte alta que coseré a la trasera de la mochila.



Introduzco la espuma en la hombrera y queda algo así:



Como ves los últimos 12 cm no llevan relleno.

Para que el relleno no se mueva puedes coser, a mano, de un lado a otro de la hombrera, con la espuma dentro, por tres puntos (en medio, arriba, abajo).

Sobre la tela de la parte de atrás de la mochila, por la parte «buena» sitúo las hombreras con una inclinación de unos 15 grados aproximadamente como ves en la foto, y a unos 5 cm del borde superior.



Coso las hombreras a la trasera con varias pasadas horizontales.

Esta es una zona de tensión estructural por lo que ha de quedar fuerte.

Por eso vamos a poner un refuerzo a continuación como ves en las fotos.



En el refuerzo he hecho un dobladillo arriba y otro abajo para que quede mejor aunque si haces los bolsillos de lycra para llevar la esterilla en el exterior de la mochila estos dobladillos no son necesarios.



Hago varias pasadas horizontales para que quede bien firme.

## Los bolsillos de Lycra

Los dos bolsillos de lycra van a servir para ubicar en ellos la esterilla. Con ello daremos rigidez a la mochila y podremos extraer la esterilla sin abrir la mochila. Ray Jardine prefiere llevarla dentro de la mochila y evita estos bolsillos. Glenn Van Peski prefiere los bolsillos y así puede usar la esterilla para sentarse en el campo sin esfuerzo. Es cuestión de preferencias. Si no quieres hacer los bolsillos la esterilla se puede poner dentro plegada en acordeón o dejarla que se expanda cilíndricamente y poner las otras cosas en su interior.

El material, la lycra se compra en tiendas de ropa, me lo vendieron a metros, es barato y solo necesitamos un par de trozos de 35×30 cm. No es fácil de domar al coserlo, su elasticidad hace necesario que se apunte con muchos imperdibles que lo sujeten. No quedará perfecto pero esa es parte de la gracia de este trabajo artesanal.

Primero hago un dobladillo en la parte que quedará al aire y luego coso los lados y la parte que queda cerca del borde superior, cubriendo el refuerzo de las hombreras.

Así me ha quedado el de arriba:



Por cierto lo he rematado con una cinta liviana de color marrón. Es para tapar los fallos al coserlo.

Como ves cubre totalmente el refuerzo de las hombreras.

Así queda la parte de abajo:



Y así queda el conjunto:



Las medidas son 18 cm, 12 cm, 18 cm. Así dan el ancho de la esterilla que yo llevo. Mide la tuya y de acuerdo con su ancho establece un tamaño proporcional para que la esterilla quede sujeta y sea fácil de extraer.

### Sujeción inferior de las hombreras

Las cinchas se sujetan abajo a unas hebillas que a su vez hay que coser a los bajos de la espalda. Para ello vamos a usar: Dos pedazos de tela de 12 x 12 cm, cincha de 20 cm de largo, dos trozos, y dos hebillas.



Sellamos los extremos de la cincha. Doblamos las telas para hacer con ellas unos triángulos y hacemos un primer cosido para que mantengan la forma. Las volvemos a doblar sobre si mismas e introducimos la cincha con la hebilla puesta. Cosemos varias veces reforzando ya que este también es un punto de fuerte tensión.

Mira como lo hace Glenn Van Peski en su explicación del **modelo G4** – ves al dibujo número 5, punto 2.9 de su guía de montaje.

Verás que él pone la hebilla arriba, en la hombrera. A mi me gusta más la hebilla en la parte de abajo.

Quedará algo así:



Atención: Se han de hacer uno a derechas y otro a izquierda por lo que no son idénticos sino que uno es como se ve el otro en un espejo.

Se cosen a la parte baja de la pieza de la espalda. en mi caso desde altura de la cinta de remate del bolsillo

inferior de lycra hacia abajo.

En las siguientes fotos te muestro como queda:



## El cinturón

Mi mochila no lleva cinturón. Tiene explicación y no solo es por el peso.

Cuando camino la mochila parece que se mueva al contrario que mi cadera y el cinturón me molesta.

Tampoco llevo mucho peso así que no me hace falta descargar parte de él en la cintura.

Sin embargo entiendo que te pueda apetecer un cinturón.

Si es tu caso te resultará muy fácil hacerlo como indica Glenn en el punto 3 de su **guía de montaje**.

Usa las medidas que allí se indican, son casi estandares. Hazlo relleno con espuma de esterilla o con aberturas y velcro para meter dentro ropa u otra cosa.

Cóselo sobre los triángulos de sujeción de la cincha inferior.

A continuación te muestro los cinturones, con relleno o con abertura de velcro, que he hecho a veces para otras mochilas.





## **Vamos a construir los laterales y el frontal**

De nuevo te aconsejo que antes de empezar a coser nada leas, de nuevo, todo este artículo, todo lo que hago, y el orden en que lo hago. También te aconsejo leer todo el artículo de Glenn Van Peski sobre como construir su modelo G4.

### **Laterales**

La parte baja de los laterales me gusta redonda, al andar me es más cómoda y como en esa parte coloco el saco de dormir también es más blanda.

Busca un objeto redondo para dibujar con firmeza. En mi caso he usado un bol.



Marco en las partes “malas” de los dos laterales.



Después de marcar la parte baja de los laterales paso a coser los bolsillos de estos laterales. Empiezo cosiendo los remates superiores de los bolsillos de malla. Por dentro de estos remates superiores de tela de nylon irá una goma plana de mercería para que queden cerrados.

Sobra tela con respecto al tamaño del lateral para fruncirlo

adecuadamente y poder meter cosas dentro. Mira como ha de quedar en una foto de más abajo.

En mi caso llevo en un lateral en agua y en el otro los sticks plegados y en una funda de nylon, si no los uso.

Quiero que me quede algo así:



El ejemplo de Glenn te enseña como doblar la tela de nylon empezando por coser la parte “mala” hacia afuera. Dibujo 15 en el punto 5.2.2 de su guía.



Pasamos la goma por dentro, el trozo de goma ha de ser del ancho del lateral.



Cosemos en los extremos para que quede algo así:



Después de hacer los dos bolsillos laterales hacemos el bolsillo frontal de la misma manera.

Pero, el bolsillo de malla delantero, no lo coseré al frontal ahora porque antes he de instalar unas cintas de refuerzo y una hebilla.



Cosemos los bolsillos de los laterales a la parte “buena” como en la foto



Recuerda que la malla se ha de fruncir por abajo. Usando alfileres la fijamos para coserla.



En las partes de arriba de los laterales cosemos dos cintas finas para que sujeten elementos largos que metamos en los bolsillos.

He dejado espacios de 8 cm.



## Parte frontal

Me gusta el refuerzo para la hebilla de cierre que usa en su modelo de mochila Ray Jardine por eso lo usaré para esta mochila. Puedes ver como es la mochila de Ray si buscas en Google imágenes de «Backpack Ray Jardine» y también si vas a su página web «Ray Way» desde donde vende kits de sus elementos de andarín.

Tomo la parte frontal y marco una línea central por la parte “buena” con tiza. A 15 cm del borde superior hago una marca.



A 30 cm del borde superior hago unas marcas en los lados y hago una raya entre la primera marca y estas.



Coso una cincha fina en forma de uve sobre la línea que he dibujado.

Esta cinta repartirá la tensión de la hebilla de cierre sobre una superficie grande repartiendo la tensión.



Con cincha gruesa – aquí es la amarilla – coseré la hebilla de cierre al extremo de la uve.





Lo remato con un pedazo de cincha ancha como la que he usado en la parte superior de las hombreras.



Ahora si, coso en el frontal el bolsillo de malla como he hecho con los laterales.

Unión de los laterales y el frente

Quiero conseguir algo así:



Para ello preparo la unión de un lateral y el frontal con alfileres. Lo coso pero dejando 10 cm sin coser (ver marca a 45 cm del borde en la foto) por la parte inferior. Eso es porque cuando junte este conjunto de frontal y laterales con la parte trasera uniré delantera y trasera por ahí y necesitaré espacio para trabajar.



Al acabar tendrás una sola pieza en la que se han unido los laterales y la parte frontal de tu mochila.

El bolsillo central es demasiado grande porque cuando cosamos esta pieza con la trasera habrá que juntarlas en el borde inferior del bolsillo.

Entonces quedará a su tamaño.

### **Unión de la parte trasera y la parte delantera**

Ahora vamos a cerrar el saco de nylon con hombreras que hemos fabricado, luego le añadiremos algunos detalles y finalmente el collar superior y acabaremos con ello la mochila.

Juntamos la parte delantera y la trasera por el borde superior, por un lateral, la preparamos con alfileres.

Cosemos desde arriba y al llegar a la parte redonda del lateral ponemos tantos alfileres como haga falta para coser con seguridad.

Recomiendo usar una velocidad muy lenta, apartar las hombreras, y cuidar que no se frunza la tela para no coser cosas que no se quieren coser.

Si cometes algún error descose y vuelve a intentarlo.

Ten en cuenta que aquí estás cosiendo una parte muy gruesa y es un poco difícil.



(Al lado de las tijeras está el artilugio de descoser, por algo será)

Unos 10 cm antes del final **deja de coser déjalo sin coser, abierto.**

Hay que dejar este margen porque, al final, aquí vamos a empalmar las partes de delante y de detrás y vamos a ajustar el tamaño definitivo.

Te ha de quedar algo así:



Para que me vean bien los coches por delante y por detrás añado unos «gadgets», son dos pedazos de reflectante, uno arriba y otro abajo.

Para cerrar la mochila hay que coser la tela de delante con la de detrás. En la foto de arriba no están cosidas y ahora junto los bordes de la parte delantera y de la trasera. Los afianzo con alfileres. Hago un primer cosido de lado a lado,

sencillo para ver que quede bien la unión entre delante y detrás.

Si no queda bien descoso coloco mejor los alfileres y vuelvo a coser.

Una vez quede bien este empalme recorto los sobrantes, (porque sobrarán de la parte delantera y de la malla, y también de la parte trasera). Doblo uno sobre el otro, afianzo de nuevo con alfileres y coso.



Va a quedarte algo así:



### **El asa, adornos**

En la parte trasera, entre las hombreras coseremos un trozo de cincha amarilla para hacer un asa para nuestra mochila.



Tenía una flecha amarilla y la he cosido en la parte delantera, arriba, junto al reflectante.



### **Refuerzo y acabado interior**

Remato, por dentro de la mochila todas las uniones entre laterales delante y detrás, con un nuevo cosido doblando el tejido donde se junta. Esto le da solidez a todo el conjunto.





## El collar de extensión

Coso un dobladillo en la parte superior del collar de medio centímetro y en la parte central coso un refuerzo de cincha ancha para el ojal de la cuerda de cierre.

Todo ello por la parte «mala».



Le pongo un ojal metálico.

Si no tienes ojales metálicos puedes coser el ojal a mano dejando una abertura central suficientemente grande como para que deslice una cuerda. (En google busca como se hacen ojales a mano).



Asiento con alfileres la parte superior de la mochila con la parte inferior del collar empezando desde donde está el ojal que alinee con en el centro de la parte delantera de la mochila – donde hemos cosido la hebilla.



Como ves las dos partes «buenas» quedan en contacto y las dos «malas» hacia afuera.



Coso la mochila al collar y hago un remate doblando las telas una sobre la otra. Este remate es idéntico al que hice por dentro en las uniones entre laterales, frontal, y trasera.

La idea es que queden todas las uniones entre telas bien rematadas por bordes redondeados donde no se enganche ningún objeto.

Donde se juntan los dos extremos del collar, en la mitad de la parte trasera de la mochila hago un cosido de arriba abajo, recorto el sobrante y remato el cosido como antes.

Mira como queda en esta foto.



Doblo hacia adentro el borde superior del collar de extensión y lo coso. Queda como ves en la foto.



Con una aguja saquera o un imperdible pequeño paso por el ojal una cuerda.



Lo ajusto con una Tanka, hago un nudo y quemo un poco los extremos para que no se deshilache.



Coso una cincha – aquí amarilla – en la parte trasera de la mochila entre los dos extremos del asa.



En el otro extremo de esta cincha paso la hebilla – parte de color calabaza – y remato el extremo de la cincha doblándola sobre si misma y cosiéndola para que no se deslice y se extravíe la hebilla.



La mochila está acabada. Solo falta impermeabilizarla.



Comprobaremos lo que pesa antes de pintar las juntas con silicona.

Pesamos la esterilla. Son 165 gramos. Tengo alguna más fina que pesa menos de 100 gramos pero aquí seguiré con esta que es de las más económicas.



Pesamos una bolsa de plástico donde meter doblada la mochila. Son 12 gramos.



Pesamos la mochila dentro de la bolsa. Son 333 gramos.



Eso quiere decir que la mochila pesa 321 gramos.

Con la esterilla incluida el conjunto pesa 486 gramos.

Es decir que si te tuneas el saco de dormir como te explique en el artículo de **“Un saco de dormir por 10 Euros y 500 gramos”**, vas a empezar tu Camino llevando: Mochila, Esterilla y Saco de dormir con un peso total de 990 gramos.

Lo que puede suponer un ahorro de peso de un kilo como poco, puede que casi dos kilos, que no tendrás que llevar en tu Camino.

Y la enorme satisfacción de llevar al Camino una mochila que te has hecho tu.

Solo falta impermeabilizar la mochila en todas sus juntas para que tampoco necesites llevar una funda de lluvia.

## Impermeabilizar la mochila – ¿Qué cabe? – ¿Peso?

### Impermeabilizar

La infinidad de agujeritos que tiene la mochila en todos los lugares donde hemos cosido va a permitir el paso del agua cuando llueva. Por eso vamos a taparlos. Aunque yo llevo todo el equipo metido en bolsas de plástico o de nylon prefiero hacer este paso e impermeabilizar la mochila.

Para impermeabilizar la mochila necesitas:

Aguarrás – No un sustitutivo sino aguarrás de verdad.

Silicona Transparente – De la que se usa para cristales o bañeras.

Un recipiente de cristal – Un bote con tapa para ir guardando lo que sobra

Un pincel – El más barato que encuentres o tengas



Atención: Todo el trabajo se ha de hacer en un lugar muy ventilado. Mejor al exterior o en un lugar con las ventanas totalmente abiertas.

Empezamos colgando la mochila, para ir trabajando con comodidad, con el interior por fuera, y poniendo debajo de ella unos periódicos viejos para que recoja lo que gotee.

En el recipiente de cristal ponemos silicona y el doble de aguarrás y removemos con el pincel hasta que se disuelva la silicona.

La densidad del resultado se puede modificar añadiendo de uno o de otro componente. Ha de ser lo suficientemente líquida como para entrar en los agujeritos pero no tanto como para escurrirse sin cubrir nada.

Pintamos todos los lugares donde hayamos cosido para cubrir los agujeritos, teniendo especial cuidado con las juntas.

Déjalo secar.

Dale la vuelta a la mochila y pinta por el exterior.

Déjalo secar.

Repite al menos una vez más este proceso de primero pintar la mochila por dentro y luego pintarla por fuera. Así si en el primer pintado no cubriste bien una zona es probable que lo hagas en el segundo pintado.

Como puedes imaginar solo añades unos pocos gramos cada vez porque el aguarrás se evapora y solo queda la silicona, que es muy ligera.

### ¿Que cabe en la mochila?

A mi me cabe todo en esta mochila.

Para hacerte una idea he llenado la mochila con todo lo que llevo en primavera, verano y otoño. En invierno llevo un saco más grueso y ropa de más abrigo pero me cabe todo también.

Empecemos desplegandolo todo:



En esta foto se puede ver: **La esterilla** y sobre ella apoyadas las **zapatillas** de ducha y paseo. La mochila y apoyados en ella los **palos de andar** plegables. La **botella de agua con su funda**. La bolsa de **la ropa** (una camiseta, unos calzoncillos, unos calcetines, un polar, unos guantes de lana, **el chubasquero**, **los pantalones de agua**, un saco sábana, un cortavientos).

En la segunda fila se ve **el saco de dormir** y su funda. Debajo está un kit de sábana bajera y almohada de celulosa,

y las **guías del Camino** que llevo. El sombrero y delante de él la bolsa de paseo de tarde. Luego ves una bolsita verde en la que transparenta un rollo del esparadrapo porque es el **botiquín**. Delante está la bolsa para los palos de andar (azul) y la bolsa de plástico para las zapatillas de baño (blanca), también la credencial, un vaso de brik. Finalmente está el **neceser**.



En esta foto de arriba ves como ya he metido **el saco de dormir a barullo**, en su funda y las zapatillas de baño en la suya. Ahora se ve lo que había debajo del saco de dormir. También la esterilla está en su lugar.



En la foto de arriba ya he metido en la mochila el saco de dormir, las zapatillas de baño y la bolsa con la ropa por este orden.



En la foto superior ya he guardado el agua y su funda térmica en un bolsillo lateral, los palos en su funda en el otro bolsillo lateral y el sombrero en el bolsillo central.



Arriba la parte delantera con todo dentro.



Arriba vista trasera con todo dentro.

Como se aprecia por estas dos últimas fotos aún cabe bastante más en la propia mochila y sobra todo el collar de extensión. Así, en invierno cabe un saco mas grueso y la ropa, también mas voluminosa propia de esa estación.

## **El peso real que se lleva en el Camino de Santiago**

Para tener una idea del peso que llevo al Camino no hago caso de los libros que dicen que peses la mochila sino que.....Primero me peso desnudo. Luego me visto con lo que voy a llevar mientras camino, y cargo la mochila con todo, agua y guía incluida. Me vuelvo a pesar.

Lo hago así porque se que en todo lo que me pongo, desde la ropa interior hasta la botella del agua, es posible ahorrar peso. Hay que revisarlo todo y la lista completa sale desde el desnudo hasta cargarlo todo.

## **Conclusión**

Confío que este artículo te haya dado ideas para viajar tan ligero como seas capaz, te atrevas a coserte tu equipo y tunees todo lo que tienes para que se ajuste más a tus gustos personales.

En otros post te explico como hacer una esterilla muy ligera y también como hacerte una bolsa de paseo como la de más arriba, un vaso de brik, un equipo para la lluvia, funda para tener agua fresca, y más.

***¡ ! BUEN CAMINO, PEREGRINO ¡ !***

***¡ ! ULTREIA ET SUSEIA ¡ !***