

Cammino sette cattedrali

Ci stiamo avvicinando alla partenza e pertanto iniziamo a postare delle informazioni tecniche e logistiche...

In primis la GIORNATA TIPO

5.00 sveglia e preparazione per il cammino

6.00 preghiera di San Guglielmo e inizio cammino

Lungo il cammino:

Colazione;

Momento di preghiera comunitario e spunti di riflessione per il cammino;

Arrivo orientativo ore 13.00

13.00 Accoglienza e sistemazione da parte della comunità ospitante

13.30 Pranzo a sacco - confezionato la sera prima dalla comunità ospitante insieme alla colazione

14.00 Toilettatura personale e riposo

18.00 Momento di catechesi nella Cattedrale ospitante

20.00 Cena e festa insieme

Definiti i dettagli sulla nostra giornata tipo passo ad elencare il "cosa è consigliato portarsi" per chi intende vivere il cammino in forma piena comprensiva di pernottamento...

1. Zaino escursionistico 45 - max 60 litri;

2. Scarpe da trekking;

3. Sacco a pelo in microfibra (leggero e piccolo) da max 650g;...

4. Borraccia;

5. Coltellino svizzero;

6. Accappatoio in microfibra;

7. Effetti personali per il bagno - con sapone copro possibilmente di Marsiglia che serve anche per lavarsi i panni;

8. Medicinali da banco quali: antinfiammatori, garze, antistaminici; ecc.

9. Pantaloncino e maglietta come pigiama e per stare in libertà al termine delle tappe del cammino;

10. Tuta per pigiama e/o per le serate in caso di freddo;

11. Felpa di pail;

12. Intimo: una sola cambiata oltre quella che hai addosso (si può lavare ogni giorno);

13. Bermuda/pantaloncino e un paio di magliette per il cammino;

14. Optional: cuscino gonfiabile;

15. K-way;

16. Infradito leggeri e costume da bagno per doccia;

17. Scarpe comode o sandali sera;

18. Stuoio (materassino da palestra) per dormire a terra;

19. Accordarsi in gruppo per portare l' "in più" in modo condiviso...

Peso max dello zaino 8-9 Kg!