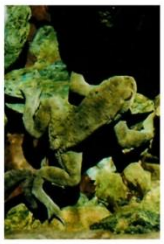
Luglio 2022



Un'idea per il fine settimana

Organo informativo Sezione Escursionismo Cral Galliera

Escursionismo, gite varie, viaggi, vita all'aria aperta... Num. 63

L'intervista ad un'intrepida escursionista lungo il Cammino Francese di Santiago (Super impresa 1)

Come e dove è nata l'idea di provare a vivere questa esperienza? Da una amica della riviera di ponente, con cui ogni tanto faccio percorsi a piedi. Lei ha lanciato l'idea, che peraltro avevo già sentito, camminando con il gruppo Galliera, ed alla fine mi ha convinto a tentare.

Quali sono state le difficoltà pratiche nell'organizzazione questo trek? Mi pare di poter dire che la difficoltà più grande sia stata risolvere tutte le problematiche e gli incastri d'orari con le relative coincidenze. Ad esempio, al ritorno, se avessi avuto il passaporto, si sarebbe potuto viaggiare passando dall'Inghilterra a costi molto più bassi di quelli alla fine, effettivamente, sostenuti. Un aiuto lo ha fornito la guida del Cammino che avevo comprato e che ho studiato.

Che tipo di allenamento hai fatto prima della partenza? Io mi muovo tutto sommato parecchio e ho solo fatto qualche passeggiata in più, limitando, al massimo, l'uso delle due e quattro ruote.

Quanto è stato difficile fare lo zaino che è diventata la tua casa? Molto, forse l'ostacolo più grande...si cerca di avere con se il giusto, ma, ovviamente, si finisce per portare sempre oltre il necessario. A solo titolo d'esempio, io, tra le tante cose, avevo tre paia di calze, spille da balia (per stendere), molti cerotti, ecc. devo dire che diverse volte si è approfittato dell'efficientissimo servizio di trasporto bagagli, da una tappa all'altra, semplificando la vita.

Un breve elenco delle cose importanti per chi intraprende il Cammino? La lettura della guida è stata fondamentale, come l'uso di alcune App e la consultazione di certi siti specializzati. Per evitare problemi ai piedi, si ammorbidivano con la vasellina.

Tu sei partita dalla Francia, come è stato superare i Pirenei? In verità, non si è affrontata la montagna (*route Napoléon*), ma scelto una strada di media difficoltà, denominata *via del fondovalle.*

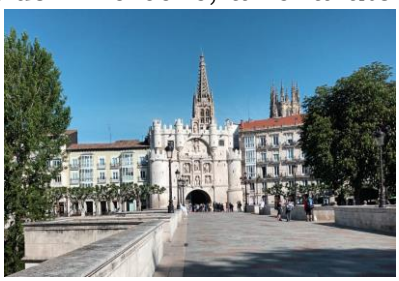
Entrata in Spagna, per il tuo Cammino, quali sono stati i numeri, in termine di tappe e km al giorno? Ogni giorno si percorrevano circa 20/24 km, ovviamente i primi giorni la media è stata leggermente più alta.

Come organizzavi le giornate? Di solito, la sveglia era alle 5.45, con partenza alle 6.15/6.30. L'arrivo era sempre per le 14, con varie soste. Così nel pomeriggio ci si rilassava, cercando di recuperare le forze.

Quanto spirito di adattamento è stato necessario?

https://www.trekking.it/reportage/cammino-santiago/
https://www.intosantiago.com/curiosita/storia-cammino-santiago/
https://www.camminosantiagodecompostela.it/percorsi/il-cammino-francese/
https://www.ilcamminodisantiago.net/

Ovviamente, è necessario averne una buona dose di scorta… personalmente, non avendo avuto problemi particolari, la cosa è andata liscia. Se non fossi riuscita a dormire bene, avrei avuto molte più difficoltà.



Quale è stato il momento più complicato e come lo hai superato? Come già detto, essendo andato tutto bene, con nessun problema a piedi, ginocchia, ecc., in realtà non ho avuto periodi di crisi. Posso dire di essere stata fortunata.

Che tipo di interazione hai avuto con gli altri pellegrini incontrati lungo la via? Purtroppo non parlo l'inglese e perciò ho avuto contatti solo con alcuni pellegrini italiani, con cui si è fatto qualche tratto assieme.

Come sono i locali e qual è il tuo giudizio sull'organizzazione sul Cammino? Poco da dire: i locali sono gentilissimi e l'organizzazione generale è pressoché perfetta.

Hai sfruttato qualche scorciatoia con taxi o mezzi pubblici? Un paio di volte, nei tratti che sembravano meno interessanti. Ma si è trattato di pochi chilometri sul totale di oltre 790 km…

Quale è stato il tuo pensiero vedendo per la prima volta da lontano Santiago? Ho visto la città dal monte Da Gozo e mi sono resa conto di essere ormai arrivata.

Alla fine, il tuo viaggio quanti giorni è durato? Poco più di un mese.

Come è stato il meteo durante il tuo Cammino? Perfetto; sono stata favorita dalla sorte: in tutta la trasferta ha piovuto solo una volta e l'ombrello l'ho usato per ripararmi dal sole durante l'attraversamento delle Mesetas.

Quanto spendevi per dormire e mangiare? Tranne un paio di volte, ho usato gli ostelli (sempre molto affollati; un giorno, si è arrivati appena in tempo, perché erano rimasti liberi solo due posti…). Queste sono sistemazioni molto economiche: da 8 euro. Per il mangiare, c'è il *menù del Pellegrino* (pasto completo con bottiglia di vino) dai 12 ai 15 euro circa. Veramente basso il prezzo della birra.

Che ricordo ti ha lasciato? Bellissimo. Prima di partire, non capivo coloro che lo ripetono più volte negli anni, ma ora mi rendo conto che ha un suo perché.

Cosa ti ha colpito di più? Sia in senso positivo che eventualmente negativo… Mi aspettavo un coinvolgimento maggiore con gli altri pellegrini, ma i problemi di lingua hanno limitato questo aspetto. Forse, sopratutto negli ultimi chilometri, c'è un aspetto troppo spinto nell'ambito dello sfruttamento commerciale, ma ci sta…

Lo consiglieresti e quale suggerimento daresti in base alla tua esperienza? Certamente SI; è una esperienza che almeno una volta andrebbe provata. Per quanto riguarda il suggerimento direi di fare bene lo zaino, avendo il coraggio di portare il meno possibile. Se mancherà qualcosa avrai sempre la possibilità di rimediare facilmente.

Le foto, salvo diversa menzione, sono di C. R. -- Articolo sulla Rivista della Sez. Lig.Cai sul *Cammino* (n. 1, 2022): http://cralgalliera.altervista.org/CamminoSantiagoRivSezLigCai022A.pdf

Sez. Escursionismo Cral Galliera, Mura delle Cappuccine 14, GE – Fond.ne: *2000 – 1° n. "Un'idea": mag. '04 – Anno XVIII* – Tel. 010 563 2217 \ 2760 (ufficio) Email: locontim at libero.it Info: http://www.cralgalliera.altervista.org/esc.htm - Calendario 2022: http://www.cralgalliera.altervista.org/calendario2022.pdf Programma gite 2022: http://cralgalliera.altervista.org/gite022.pdf Gli articoli firmati rispecchiano l'opinione dell'autore con piena libertà d'espressione.

Articolo su 'Un'idea' estate 2008 Cammino di Santiago di Compostela classico in Spagna, pp. 4-5: http://cralgalliera.altervista.org/15.pdf - Foto di Gianluca Serra e brano di Valentina Turturo

Grazie per le tue preziose risposte... Grazie a voi per l'interesse.

Prologo Impresa 2 - Genesi di una piccola grande avventura: al confine tra il rispetto della tradizione e la ricerca di nuove vie

di *Maurizio Lo Conti*

La frontiera citata nel titolo a volte può essere labile ed è semplice finire da una parte o dall'altra, quasi senza accorgersene. Capita, probabilmente, più spesso di quanto in effetti si pensi… Le seguenti note approfondiscono l'argomento in parola.

Aprile

Il mese scorre e spicca il fatto che l'hotel dove si passano le vacanze estive da un po' d'anni a questa parte (grazie a una favorevolissima convenzione Cral) non ha ancora spedito nulla al riguardo… Un po' spazientiti, è necessario mandare una mail sollecitando l'invio. Ovviamente, arriva in una situazione in cui regna il caos e non c'è il tempo per leggerla. In un attimo di tregua, si vedono solo i prezzi… è salta all'occhio come i costi a persona hanno avuto un discreto aumento… Però! Più avanti, leggendo meglio, è evidente che adesso la spesa è senza la pensione completa e la stessa comporta (sempre moltiplicando per due) ulteriori addendi da aggiungere (pranzo in loco o cestini)… Caspita! Non è giornata e solo la sera risalta che pure la Trentino Guest card, ora, è a pagamento e la tassa di soggiorno è lievitata… E che diamine! A spanne, è circa un +30%, in confronto al 2021! Il disappunto raggiunge proporzioni… bibliche! Si chiede una quotazione per la Val Venosta, dove la presenza manca da alcuni anni, consapevoli che l'Alto Adige è leggermente caro rispetto al Trentino, seppur più bello e interessante… Ma la cosa lascia un retrogusto d'insoddisfazione… In modo incidentale e senza, ancora, un nesso logico apparente, durante il giro tra Montallegro, il monte Castello e il rientro a Rapallo, una nostra socia incomincia uno strano discorso su quello che farà il mese successivo, ma è intuivo dove vuole andare a parare e, benevolmente, la si manda, in un lampo, a "ciapà i ratt". È una simpatica espressione milanese, entrata tra gli usi (inconsueti data la provenienza geografica), dopo averla

letta, anni fa (2007), in un fumetto della casa Bonelli… Esplicitando: farà il Cammino! Progetto di cui, da tempo, parlano i nostri soci (complice il film "Il cammino per Santiago" - The Way - del 2010 con Martin Sheen e regia del figlio), senza giungere a un punto fermo unitario! Per la serie: che bella idea, ma tanto l'interesse è generico e quindi non si va oltre le parole… Basse motivazioni, già in passato, avevano frustrato ottime iniziative, seppur ripetute negli anni...

Camino de Santiago

Maggio

Ulteriori notizie sulla nostra intrepida socia, dicono che, addirittura, il suo viaggio partirà da Saint-Jean-Pied-de-Port, versante francese dei Pirenei! L'impresa sfiorerà gli 800 km a piedi! La notizia della spettacolare iniziativa è trasmessa agli altri membri del gruppo e l'affermazione sul fatto che prima o poi bisognerà emularla (almeno in parte) è quasi d'obbligo… A quel punto, un pensiero si insinua nel concreto della mente… ma non è meglio… prima che poi? Una molla scatta e il meccanismo mette in moto l'idea… Scartabellati i file digitali, recuperato un volantino di un agenzia di viaggi e trovati degli altri referenti, si cercano dei preventivi indicativi: non banale, vista l'instabilità delle quotazioni dei voli aerei… Scoperto che uno è proprio vicino al lavoro, è normale passare a far due chiacchiere con un responsabile (*Equipage Tour*). Solo in seguito, ci si renderà conto (a giochi ormai chiusi) che una fonte amica poteva dare qualche info; forse, era in grado di organizzarlo, ma, in maniera colpevole, la cosa è passata, completamente, in cavalleria. La vergogna avanza… essersi dimenticati, non è buon segno! Comunque, i numeri e le cifre prendono forma. Le scelte (i giovincelli sono altri...) dirigono verso una opzione di tipo comodo: dormire in hotel e trasporto su gomma di parte del bagaglio. Si affronta la gita della domenica, sondando il terreno e, con due ulteriori adesioni, il totale di 'audaci' sale a 4! Visto il periodo in cui cade il viaggio (agosto), è sollecitata la suddivisione in 6 tappe, tra Sarria e Santiago (120 km, con tracciati da 15 a 24 km). Il preventivo diventa prima di fase 2 e poi, con la 3a, il… dado è... tratto e... il Cammino, ora, è sempre... più concreto…

Buen Camino

Fine maggio/giugno

E' necessario comprare un paio di scarpe nuove per tempo, perchè quelle in uso sono datate e potrebbero non superare lo "stress spagnolo"… meglio premunirsi. Purtroppo, il fido *Camisasca* ha chiuso e presso la *Salewa* non c'è più l'amico che tanto ha scritto per *Un'idea*: il disorientamento è totale! Al posto del primo, ora c'è il negozio di un marchio della Valle d'Aosta da provare (?), ma il racconto di una socia, sul comportamento tenuto dal proprietario, scoraggia, alquanto! Si cerca in rete il modello attualmente in possesso, ma è passato qualche anno… Allora, grazie ad un'illuminazione, una mail è scritta al servizio cliente della marca in questione (*The North Face*), chiedendo quale sia l'equivalente in vendita… Gentilmente, danno delle alternative e si privilegia quella impermeabile/traspirante e la suola in *Vibram* (marchio italiano per specifiche suole di gomma). E' un tipo molto simile e, garantiti dal fatto che l'eventuale reso comporterà lo storno sulla carta di credito, si sceglie di sperimentare, ottenendo, anche, un ulteriore sconto del 10%. Finalmente, le pedule arrivano, ma, da quando l'acconto all'agenzia è stato saldato, la caviglia ha incominciato a protestare, a causa di un fastidioso dolorino e ciò ha imposto una settimana (abbondante) di riposo… Alla fine sembra meglio, però c'è il timore che, al primo sforzo, il problema si presenti di nuovo e questo suggerisce... altri due/tre giorni di stop… poi, sfruttando l'occasione di rivedere un ex collega in pensione per pranzo (*), la decisione è di unire l'utile al dilettevole: bus per arrivare in ufficio e... al ritorno... a casa a piedi! A riflettere bene, è l'inizio dell'allenamento ufficiale per Santiago: Galliera – Quinto, circa 7,3 km. Non volendo sforzare, è ipotizzabile un cammino di 1h45. In itinere, visto che la cosa pare andare, un'accelerazione è ovvia, utilizzando tutte le zone d'ombra disponibili. In 39', si sfiora lo Champagnat e, in 22', il monumento dei Mille a Quarto. Combinazione, sono necessari altri 22', per aprire il portone del caseggiato. In totale, è un, rispettabilissimo, 1h23 (velocità media: 5,28 km/h). Le scarpe hanno superato il test e la caviglia è un po' stanca, ma il mattino dopo sembra senza problemi… prudentemente, però, sarà opportuno lasciarla a riposo qualche giorno...

Continua…

(*) con il mitico Pede da *Genio* (menù fisso a 12 euro – 1o, 2o, contorno, acqua e caffè; accettabile, ma non è più compreso il dolce…) si scopre che il signore anziano che lo gestiva (92 anni!) è a casa e, ora, lavorano il figlio e il nipote...