



**DESCANSAR DENTRO DEL SACO...** Las principales cuestiones que debe tener en cuenta todo Caminante son tres principalmente: cuidado de los pies, alimentación adecuada y el descanso necesario. Eso, un día, otro... Muchos caminantes al final de cada etapa y después de comer y ducharse, lo primero que hacen es meterse en el saco de dormir y descansar durante un rato para que los pies se recuperen...



**ALREDEDOR DE LA MESA.** En el Camino aparecen puntuales cocineros de prestigio dispuestos en un momento a contentar a los sufridos estómagos y a buen precio, otra cosa a tener en cuenta. El xef **Santamaría Paredes** preparó en el albergue de Nájera una excelente cena a base de ensalada de arroz (atún, huevos duros...) para unos veinticinco peregrinos. Era el momento de hablar, opinar... Y también se atrevía con cualquier especialidad de pasta...



**DEL CAMINO Y SUS ESPÍRITUS.** Durante el recorrido hay tiempo para bromear sobre temas varios: por qué se hace el Camino, qué se busca... Y se habla también del llamado "Espíritu del Camino", algo especial... A los caminantes vallesanos se les apareció en forma de altar con productos varios (café caliente, frutas...) la mañana del 16 de junio cerca del palentino pueblo de Moratino. Nadie sabe quién pone allí cada día esos alimentos.



**LA CRUZ DE HIERRO.** Es considerado como uno de los puntos especiales del Camino. Situada al final del puerto del monte Irago, después del pueblo de Foncebadón en León (1.439 m), ofrece la oportunidad de depositar junto al largo palo que sostiene la cruz, una piedra que cada caminante ha traído de su lugar de origen, significando la suma de países, esfuerzos... La gente deja fotos, mensajes...



**HASTA FISTERRA PARA VER EL FINAL DEL MUNDO.** Aunque los tres caminantes vallesanos (Paredes, Monja y Real) habían acabado su viaje en la mismísima Plaza del Obradoiro en Santiago de Compostela el día 28, un día después, el 29 de junio pudieron, vía autobús, ir hasta Fisterra, donde acaban también su recorrido algunos peregrinos, que quieren así ver lo que durante años se consideró el fin de la tierra.



**HOMENAJE EN FORMA DE MARISCADA.** Los peregrinos de antaño solían ser siempre humildes, personas pobres que comían lo que les daban... Hoy en pleno siglo XXI, las cosas cambian y así los vallesanos **Santamaría Paredes**, **Emilio Real** y **Paco Monja**, compartieron pescado y marisco con los compañeros de viaje **José (Pepe) Martíns**, **Takaaki (Taka)** e **Iván Borin**. Lo hicieron en un clásico como el restaurante San Clemente donde no faltaron el buen albariño, el ribeiro...