

西葡朝聖之路推薦與規劃

這一篇朝聖者的準備，是我與朋友一同完成，最後將我們在路上所見所聞以及經驗分享所整理的紀錄，如果你也對這類型的活動感興趣的話，這份資料應該對你會幫助滿大的！

準備篇 |

1. 找尋資料

準備朝聖之路的第一個難點就是一資料太多太雜亂，和最近在籌備的歐洲登山路線相比，會發現朝聖之路的中外文資料多到看不完，很多人會推薦加入臉書社團「朝聖之路」裡頭有豐富的資源。對我來說，朝聖社團雖然有一些幫助，然而千奇百怪的月經發問貼或洗版圖文更多。

我覺得，只需要看 fb 社團檔案區的精華[朝聖之路實用資訊整理](#)就足以了解大概，接下來都是透過外文網站來搜尋或做功課，資料貴精不貴多，況且朝聖之路不難規劃、路途上想變更計畫也很有彈性，隨性的我們規劃了每日路程和爬升距離，到最後沒有一天是完全照著行程入住預設的住宿點，因此，第三點也會提到臨機應變—透過單車朝聖的我們是怎麼變更行程。

- 規劃路線 [Forwalk](#)
- 住宿點 [Gronze.com](#)：直接點路線，可以查看沿途各城鎮的住宿選擇

2. 路線選擇

一開始我也想和多數人一樣以步行方式來進行，然而，和旅伴討論後過後就打消這個念頭，對於習慣高強度運動和長天數登山縱走的他而言，步行朝聖之路無論是高度起伏或距離都不是他會享受的旅行（白話一點就是無聊 XD 一天之內風景變化會太單調）加上南歐學生復活節假期只有 10-12 天左右，我們就決定改成騎行來完成橫跨西班牙北部的目標。

第二個難點就是一究竟要選哪個路線？

法國之路、北方之路、葡萄牙之路、世界盡頭、銀之路.....一開始完全被這些路稱搞得暈頭轉向，完完全全搞不清楚哪一段是哪一段，後來看了[世界最美之一的徒步路線](#)網誌介紹才稍微對 Camino de Santiago 有初步認識，雖然只列出了七條路線、我這次經過的兩條都沒有在其中，但因為是相對熱門的路線，對於初次上路的朝聖者而言更具參考性，詢問路線經驗、協助或住宿點會比較容易尋找。



可用 <https://www.gronze.com/> 查看路線

因為我們一個在馬德里、一個在里斯本交換，決定就從馬德里之路（土黃色）往北接到法國之路（綠色）向西一路騎到 Santiago，再到世界盡頭或英國之路走走（紫/深藍），接著往下沿葡萄牙之路（紅色）騎回波多。

原本夥伴依照之前台灣環島的經驗來規劃，將單日距離定在 80-100 公里，結果前陣子認識的葡萄牙大叔聽完計畫後，建議我們要下修每天騎行距離，一方面得考慮長途騎行的疲勞累積、另一方面也是因為我們行李重量和在單車環島不一樣，朝聖之路需要攜帶東西更多、也沒有滿街 7-11 可以補給，因此我會建議：

- 每日爬升極限最多在 1000 公尺（可用 google map 查）
- 騎行距離在 50-70 公里左右

需不需要買書或地圖？

我個人是覺得沒有必要，朝聖路上用 Google Map 就足夠，之前也有下載一些推薦 app 來做功課，結果十幾天在手機裡原封不到沒打開過，網路上資料已經很多了囉、社團也有不少前輩可以詢問，書籍的話，則是建議行前要多看一點、多了解一點，到時候上路會更有感！

語言能力不好？

老實說在伊比利半島生活快半年，知道西班牙人不愛講外語、葡萄牙人則是英文普遍不錯，但在萊昂的時候發現朝聖之路的當地人一點也不排外、甚至可以用英文溝通，我認為並不需要過度擔心自己的語言能力，只要知道基本詞彙、手腳比畫就足夠囉（當然必要時迸出幾個西班牙單字會更好 ex:借廁所時要會說 baño）

單車朝聖的道路怎麼選擇？

Google Map 可以設定騎行路線，如果沒有該選項就只能用步行模式，不然很容易騎一騎就上高速公路，一定要小心不能誤上！我們有兩次騎到昏頭差點就闖上去。注意西班牙的道路指標是：

1. 藍色兩碼數字是高速公路，自行車不能上去
2. 紅色三碼數字是快速道路，可以騎行但沿途車速很快
3. 其他的兩個英文字+三/四碼數字為城鄉道路，沒什麼限制，很適合騎車或步行者



路牌指示

如果想知道更多，歡迎到這個[網址](#)參考喔！