



Lista rzeczy do spakowania

na wyprawę Summer Camp 2022

Pamiętaj, że będziesz spędzać dużo czasu na łonie natury. Dlatego należy spakować lekką, funkcjonalną i oddychającą odzież. Bawełna schnie dość wolno.

Spakuj wszystko do dużej torby podróżnej lub walizki. Na miejscu przepakujemy się ponownie na wyprawę.

- Śpiwór i mata do spania **
- Plecak (ok. 35-45 l) **
- Buty turystyczne lub solidne buty sportowe, nadające się do wędrówek pieszych
- Miska/ talerz, kubek, sztućce (lekkie, na biwak) **
- 2 ręczniki (raczej lekkie i cienkie, np. ręcznik szybkoschnący) + 1 ściereczka do naczyń
- Szorty i długie spodnie (szybkoschnące)
- Kąpielówki / kostium kąpielowy / bikini
- Kurtka przeciwdeszczowa/ poncho przeciwdeszczowe i/lub parka (wodoodporne)
- Ewentualnie spodnie przeciwdeszczowe (można je nosić również na rowerze)
- Ciepły sweter (najlepiej z polaru)
- Podkoszulki, koszula z długim rękawem, bielizna
- Trampki/ sandały trekkingowe
- Buty na kajak/ do wody i które dobrze trzymają się na stopie (sandały lub buty neoprenowe...)
- Opcjonalnie: rękawiczki kolarskie
- 1x wysokie skarpety turystyczne (muszą sięgać ponad kostkę)
- Okulary przeciwsłoneczne, czapka przeciwsłoneczna, krem do opalania
- Butelka do picia o pojemności min. 1 litra (plastikowa, metalowa... - nie szklana!)
- 1-2 pudełka lunchowe (ważne na obiad: jedno pudełko na chleb, jedno na warzywa/owoce)
- Opcjonalnie: aparat fotograficzny
- Lampa czołowa/latarka
- Opcjonalnie: parasolka (jeśli jest mała i lekka)
- Zapasowe okulary/soczewki kontaktowe
- Karta ubezpieczenia zdrowotnego i dowód osobisty/ paszport
- Niezbędne lekarstwa osobiste
- Plastry na pęcherze
- Przybory do pisania

est

Zalecamy przywiezienie własnego sprzętu, ponieważ doświadczenie pokazuje, że własny sprzęt jest najlepiej dostosowany do indywidualnych potrzeb.

** Można bezpłatnie wypożyczyć śpiwór, plecak, matę do spania, naczynia do jedzenia (sprzęt biwakowy), jeśli poinformujesz nas o tym do 1 czerwca.

Miłego pakowania! Czekamy na Ciebie!