

LISTA RZECZY NIEZBĘDNYCH DO ZABRANIA NA OBÓZ LETNI

- Karta kwalifikacyjna, jeżeli nie została wcześniej dostarczona,
- Kurtka przeciwdeszczowa,
- Czapka z daszkiem lub inne nakrycie głowy,
- Piżama,
- Strój kąpielowy / kąpielówki,
- Koszulki sportowe z krótkim rękawem (w tym minimum 1 przeznaczona do zajęć terenowych),
- Spodenki sportowe,
- Bluzy z długim rękawem,
- Spodnie z długimi nogawkami (zalecane również do zajęć terenowych),
- Odpowiednia ilość bielizny i skarpetek na cały pobyt,
- Obuwie: klapki oraz minimum 2 pary obuwia sportowego,
- Obuwie do wody lub sandały sportowe (zalecane przy aktywnościach wodnych),
- Krem przeciwsłoneczny z wysokim filtrem UV oraz spray na komary (zalecana Mugga),
- Przybory toaletowe, kosmetyki, ręcznik kąpielowy oraz ręcznik plażowy,
- Bidon na wodę,
- Leki przyjmowane na stałe wraz z opisem dawkowania (jeżeli dotyczy),
- Worek na brudne rzeczy,
- Latarka.

UWAGA: Organizator zaleca podpisanie rzeczy uczestnika (szczególnie bluz, bidonów oraz ręczników), co ułatwi odnalezienie zagubionych przedmiotów.