

¿QUÉ ME LLEVO AL CAMPAMENTO?

En general:

- Mochila grande (>50 litros)
- Mochila pequeña o bolsa de espalda que no pese para “ataques” durante la marcha.
- Saco de dormir (de invierno)
- Aislante

Documentación y dinero:

- DNI
- Tarjeta sanitaria
- Dinero: lo mínimo posible
- Ficha médica rellena
- Autorización

Ropa:

- Camisetas suficientes
- Algo de ropa que se pueda estropear (para juegos)
- Pantalones cortos
- Algo de ropa de abrigo
- Capa de agua/Chubasquero (imprescindible)
- Calcetines
- Ropa interior
- Toallas:
 - o Baño-ducha
 - o Piscina
 - o Pequeña de aseo
- Gorra (imprescindible)
- Bañador
- Ropa de dormir
- Mallas (opcional)

Además: Comida (sólo comida) para el primer día.

Calzado:

- Deportivas
- Cangrejas o calzado de río
- Calzado cómodo
- Chanclas para la ducha
- Botas de montaña

Aseo:

- Cepillo de dientes y pasta
- Peine
- Jabón de manos
- Jabón para la ropa
- Champú
- Gel
- Esponja

Varios:

- Linterna
- Crema protectora
- Cantimplora
- Cubiertos sólo para la marcha
- Poto y/o recipiente para la marcha
- Pañuelos de papel
- Paquete de bolsas de plástico (valen de basura)

Opcional:

- Móvil y cargador

Prohibidos:

- Juegos electrónicos
- Plancha del pelo