

ELENCO COSE DA PORTARE AL SUMMER CAMP IN APPENNINO TOSCOEMILIANO CON GUIDE100FIORI

- sacco a pelo (non troppo leggero, di notte può fare fresco)
- materassino o stuoino
- cuscino
- zainetto per le escursioni giornaliere
- scarponcini da trekking (suola scolpita e preferibilmente caviglia alta)
- magliette, pantaloncini comodi, mutande e calzini di ricambio
- maglione/pile/felpa pesante per la sera
- un paio di pantaloni lunghi
- pigiama o tuta per dormire
- giaccavento/ kway/mantella impermeabili
- un telo piccolo in microfibra e un accappatoio/telo doccia
- scarpe da ginnastica comode
- sandali di gomma o ciabatte per la doccia
- kit igiene personale (bagnoschiuma, dentifricio ecc.. tutto possibilmente biodegradabile)
- eventuali farmaci specifici ad uso personale da consegnare alle educatrici all'arrivo (in rifugio e durante le escursioni ci sarà comunque un kit di pronto soccorso)
- cappellino
- costume da bagno
- crema da sole
- spray antizanzare
- torcia/frontalino
- borraccia da 1litro
- eventuale binocolo
- eventuale coltellino svizzero (proporzionato alla capacità e autonomia dei propri figli)

COSE DA NON PORTARE:

Cellulari, dispositivi elettronici, soldi, oggetti di valore in generale, cibo.