

Училище за приключения Реверсо

Необходима лична екипировка за участие във вело -лагер

1. Бельо – брой комплекти според продължителността на курса, по възможност памучно
2. Чорапи – памучни за всеки ден по чифт + 1-2 чифта вълнени/топли
3. Обувки – здрави, стабилни и удобни (високи маратонки, летни туристически обувки). Важното е да са разтъпкани и да не пропускат вода.
4. Обувки – втори чифт: маратонки, здрави сандали или кецове, за да не седите боси, докато горните се сушат и за да ви е разнообразно на краката.
5. Може да добавите и гумени ботуши към багажа си, ако се очаква дъждовно време според прогнозите.
6. Шапка с козирка за слънчевите дни.
7. Анцуг – горнище и долнище или подобна удобна за цапане и късане дреха.
8. Блуза с дълги ръкави – полар и/или суичър – 2 бр. (1 по-тънък и 1 по-дебел).
9. Блузи с къси ръкави – 5бр.
10. Яке и панталон тип “ветровка” – леки и непромокаеми
11. Термобельо – горнище и долнище – 1 бр.
12. Слънчеви очила със защитен UV филтър.
13. Защитен крем против слънчево изгаряне със защитен фактор над 20.
14. Шише за вода (най-малко литър и половина) от минерална вода.
15. Кърпи, сапун, четка и паста за зъби, тоалетна карттия, носни кърпички
16. Къси панталони – 2бр.
17. Резервен панталон – 1бр.
18. Фенерче и батерии за него
19. Репелент против насекоми под формата на стик, гел или крем. Спрей-репелентите не са подходящи.
20. Малка раница за дневните ни преходи, която да може да побере вода, яке, сандвичи и т.н.
21. Вилица, лъжица, канче, чиния и джобно ножче (ако имате).
22. Спален чувал
23. Ръкавици за каране на колело (ако имате).
24. Специфични лекарства
25. Джобен дезинфектант и маски за лице

Ако смятате да използвате собствено колело, ще ви помолим да ни изпратите негова снимка, за да преценим дали е подходящо за изборения маршрут. Велосипедите на младежите, които ще са със собствени такива, трябва да бъдат предварително сервизирани и да имат резервни гума, лепенки, ухото за дерайлър, както и каска.

ДРУГА ПОЛЕЗНА ИНФОРМАЦИЯ

Телефоните

По време на лагера ползването на мобилните телефони е позволено, но обикновено приканваме децата да ги изключват през деня.

Ако искате да получите информация за вашето дете или при спешност, можете да се свържете с водещите инструктори. При изявено желание от страна на детето да се свърже с родител при липса на личен телефон, то може да използва мобилен телефон на някой от инструкторите.

Алкохол и цигари, наркотици

Употребата и притежаването на наркотици, алкохол, цигари или психоактивни вещества не се допуска. При установяване на наличието им, участието в лагера се прекратява.

Храна

Препоръчително е да не се носи много собствена храна, освен необходимата за първия ден от лагерите.

Специфични лекарства

Ние разполагаме с експедиционна аптечка. Ако детето има специфични болести или искате да носи лекарства със себе си, е необходимо да ги пригответе опаковани в плик и надписани с дозировки и/или други пояснения и да ги предадете лично на водещия инструктор при тръгването.

Удобството и сигурността са от основно значение. Вземете удобни и комфортни дрехи. Скъпите телефони, таблетки и други смарт устройства имат свойството често да се намокрят, да изчезват и да им свършва батерията – носенето им не е препоръчително, отнема ни от вниманието. Този списък е направен за да ви информира и подготви относно мястото, в което ще се намирате и вашето уютно и безопасно прекарване там. Препоръчваме да не се носят много неща извън него.