

Училище за приключения Реверсо

София, ул. "Сердика" 19 – Клуб на пътешественика
тел. 0877 66 33 40/0888 77 99 79
mail@reversobg.org/ www.reverso.bg

Необходима лична екипировка за участие в летен курс на Училище за приключения Реверсо

1. Спален чувал (ако нямате, не купувайте, ние ще осигурим).
2. Бельо – брой комплекти според продължителността на курса, но задължително **памучно**, може да си вземете и банските – лято е!
3. **Чорапи – памучни** за всеки ден по чифт + два чифта вълнени от Баба.
4. **Обувки – здрави, стабилни и удобни** ("високи маратонки", "летни туристически обувки", "кубинки", и т.н.). **Важното е да са разтъпкани и да не пускат вода** (препоръчваме Декатлон).
5. **Обувки – втори чифт: маратонки, здрави сандали, или гуменки**, за да не седите боси, докато горните се сушат и за да ви е разнообразно на краката.
6. **Шапка против слънце.**
7. **Анцуг - горнище и долнище, или подобна удобна за цапане и късане дреха.**
8. **Блуза с дълги ръкави - "полар" – 2 бр.** (1 по тънък и 1 по дебел) – (препоръчваме Декатлон).
9. **Яке и панталон тип "ветровка" – леки и непромокаеми –** (препоръчваме Декатлон).
10. Термобельо – горнище и долнище – 2 бр. – (препоръчваме Декатлон)
11. **Слънчеви очила** със защитен UV филтър.
12. **Защитен крем против слънчево** изгаряне със защитен фактор над 20.
13. **Шише за вода** (най-малко литър) от минерална вода.
14. Лъжица, вилица и туристически **малък** нож (за мазане на филии, не за лов).
15. Кърпи, сапун, и паста за зъби.
16. **Къси гащи – 2бр.**
17. **Резервен панталон – 1бр.**
18. **Тоалетна хартия** – липсата ѝ, проваля и най-сериозните експедиции.
19. **Фенер тип челник за глава** и батерии за него.
20. **Репеленти против насекоми.**

Забранява се носенето на:

Алкохол, наркотици, цигари!

Не носете скъпи бижута и вещи. Оставете в къщи скъпите тоалети, вземете удобни и комфортни за планината дрехи. Скъпите телефони, таблетки и др. 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.

Строго препоръчително е да не се носят неща извън предоставения списък.

Не забравяйте, че на повечето курсове ще трябва да носите раницата си на гръб!