

# QUE DEBO LLEVAR A MI VIAJE

## (RECOMENDACIONES DE EQUIPAJE)

### **Ropa y Calzado (verano)**

- Camisetas de manga corta
- Pantalones cortos
- Chándal o ropa de abrigo
- Pijama
- Calcetines
- Ropa interior
- 2 pares de zapatillas deportivas o botas cómodas
- Ropa de baño
- 2 toallas una de aseo y otra de baño
- Chanclas o calzado de baño
- Gorra o sombrero

### **Bolsa de aseo**

- Cepillo y pasta de dientes
- Champú y gel de baño
- Cepillo o peine
- Crema solar
- After sun o crema hidratante
- Loción antimosquitos
- Pañuelos

### **Otras cosas**

- Saco de dormir o sábanas
- Linterna con pilas
- Cantimplora o Botella para agua
- Mochila pequeña
- Bolsa para ropa sucia
- Dinero (nuestras instalaciones cuentan con servicio de bar con helados, chuches y snacks)

## **IMPORTANTE**

### **Documentación y Medicación**

- Tarjeta de la Seguridad Social ( Original si puede ser)
- Medicación si la estuviese tomando (anotar como se está administrando)
- Si tiene un informe médico (si fuera necesario)

## **1er día**

- Traer el bocata o snacks para la media mañana
- Debes traer la ropa adecuada para la actividad de la mañana

Recuerda: Traer solo las cosas imprescindibles, para evitar un equipaje excesivo. No traigas cosas de valor como cámaras de fotos, móviles (si no es necesario), altavoces, joyería.