

Elenco delle attrezzature

Per il comfort e la sicurezza del ragazzo/a e dell'intero gruppo, è necessario prestare particolare attenzione alla qualità e alle condizioni dell'attrezzatura individuale, in particolare le **scarpe da trekking**.

Abbigliamento consigliato

- ✓ 1 maglietta tecnica maniche corte
- ✓ 1 maglia maniche lunghe
- ✓ pantaloni o pantaloncini (a seconda del tempo)
- ✓ giacca antivento leggera
- ✓ una leggera mantella impermeabile in caso di pioggia

Nello zaino adatto ai ragazzi

- ✓ berretto o cappello da sole
- ✓ occhiali da sole
- ✓ protezione solare schermo totale
- ✓ guanti
- ✓ cerotti per eventuali vesciche ai piedi
- ✓ 1 ricambio t-shirt e calze

Inoltre

- ✓ pranzo al sacco e spuntini per la giornata
- ✓ borraccia d'acqua
- ✓ possibilmente una piccola macchina fotografica e un binocolo
- ✓ bastoncini da trekking telescopici.

IMPORTANTE

La gita del 11 e 12 luglio prevede cena + pernottamento + prima colazione al rifugio, pertanto è necessario provvedere al seguente materiale aggiuntivo:

- spazzolino da denti e dentifricio
- 1 asciugamano piccolo
- 1 sacco lenzuolo (chi ne fosse sprovvisto può noleggiarlo al rifugio al costo di 3 euro)
- 1 tuta da ginnastica (che servirà anche da pigiama)
- spuntino per il pomeriggio del martedì e pranzo e spuntino per la giornata del mercoledì

NOTA BENE. E' comunque possibile prenotare presso il rifugio il pranzo al sacco del mercoledì al costo di 7 euro.