

# CHE COSA PORTARE??

## PER CAMMINARE:



- sandali
- scarpe da ginnastica
- scarponi
- cappello
- borraccia termica
- mantella per la pioggia

N.B.: è bene che le scarpe non siano nuove.

## PER DORMIRE

- sacco a pelo
- materassino
- pila
- tappi per orecchie



## OGGETTI UTILI

- 
- 
- 
- 



- coltello
- spago
- carta igienica
- sacchetti di plastica



## MEDICINALI E AFFINI

- cerotti
- disinfettante
- crema solare



## DOCUMENTI NECESSARI:

- tessera sanitaria valida anche all'estero
- Carta d'identità non scaduta o passaporto.



## BAGAGLIO

- una valigia
- zainetto

Vi chiediamo se possibile di usare una sola valigia e di contenere al massimo le dimensioni. Durante il cammino basterà uno zainetto piccolo dove tenere la borraccia, la giacca a vento o mantella e altre poche cose, i bagagli invece verranno portati con il furgone.



**Abbiamo anche pensato di ridurre al minimo i rifiuti di plastica, per questo motivo chiediamo ad ognuno di portare con sé il piatto, le posate e il bicchiere.**

## DA NON DIMENTICARE

- quaderno per appunti
- macchina fotografica