

UITRUSTINGSLIJST: Corsia Trekking

hiking-adventures.nl



Item	Stuks/Paar	Verzorgt H & A	Verzorgt deelnemer
• toiletpapier	1		x
• bergwandelschoenen met stevige zool, hoog sluitend en ingelopen (het liefst type B-C)	1		x
• warme en luchtige kleding (temperatuurverschillen kunnen aanzienlijk zijn)	1		x
• regenkleding (geen poncho)	1		x
• gore-tex jack en fleecest	1		x
• zonnebrandolie, zonnebril en zonnehoedje	1		x
• handschoenen en muts	1		Optioneel
• (dag)rugzak van 40 liter met regenhoes	1		Optioneel
• grote veldfles (minimaal 1,5 à 2 liter) of meerdere kleine flessen of camelback	2		x
• afsluitbaar plastic bakje voor de lunches	1		x
• aanbevolen: uitschuifbare wandelstokken en gamaschen	1		x
• zakmes (of spork) en zitmatje voor lunch in het veld	1		x
• licht schoeisel (bijv. slippers) voor in de berghutten	1		x
• slaapzak, kussensloop, lakenzak en matje (optioneel, voor mensen die meer comfort willen er zijn matjes in de tenten)	1		x
• zaklamp of hoofdlamp	1		x
• handdoek of sneldrogende sport handdoek	1		x
• zwemkleding	1		x
• cash geld	1		x
• GELDIG paspoort (mag niet verlopen zijn)	1		x
• kopieën van reis- en ziektekostenverzekering	1		x
• voorts eventueel : verrekijker, fototoestel, planten-, dieren- en stenengids	-		x
• enige EHBO-benodigdheden die u eventueel nodig zult hebben, zoals bijv.: rekverband, sporttape voor afplakken blaren	1		x
• insecten werend middel	1		x
• Rugzak	1	bruikleen	
• Stokken	1	bruikleen	