

# Twoja Checklista

## WYPAD W GÓRY

### Ubiór

- BUTY TREKKINGOWE
- KURTKA PRZECIWDESZCZOWA
- KOSZULKA TERMICZNA
- SKARPETY TURYSTYCZNE
- BLUZA/POLAR
- SPODNIĘ TURYSTYCZNE/GETRY
- CHUSTKA/CZAPKA
- ZAPASOWA PARA SKARPET

### Sprzęt

- LATARKA/CZOŁÓWKA
- KIJE TURYSTYCZNE + RĘKAWICZKI
- GOTÓWKA
- CHUSTECZKI HIGIENICZNE
- ŻEL ANTYBAKTERYJNY
- ŁADOWARKA DO TELEFONU
- POWERBANK
- MAPA/APLIKACJA MOBILNA
- POKROWIEC PRZECIWDESZCZOWY NA PLECAK
- PASTRY Z OPATRUNKIEM

### Prowiant

- KANAPKI
- WODA
- OWOC/OWOCOWE ŻELE
- BATON PROTEINOWY
- ŻEL ANTYBAKTERYJNY
- CZEKOLADA
- KABANOSY
- POSIŁEK LIOFILIZOWANY
- TERMOS Z CIEPŁYM NAPOJEM
- SZTUĆCE WIELOKROTNEGO UŻYTKU

