

SPIS EKWIPUNKU — OBÓZ ROWEROWY

- Rower (sprawny!, wyregulowany, po serwisie),
 - Strój rowerowy + kask + rękawiczki,
 - Zapasowa dętka (łatki), szmatka, smar do roweru, klucze)
 - Buty na rower (mocne, nieprzemakalne),
 - Adidasy + klapki,
 - Nakrycie przeciwdeszczowe (sztormiak lub peleryna),
 - Bluza + podkoszulki,
 - Długie spodnie + sweter lub polar,
 - Dres, strój sportowy,
 - Czapka, rękawiczki,
 - Bielizna, skarpety,
 - Strój kąpielowy + czepek,
 - Ręcznik, przybory do mycia i czesania,
 - Okulary przeciwsłoneczne,
 - Bidon, szczyrzyk,
 - Nakrycie głowy,
 - Przybory do szycia, przybory do pisania
 - Apteczka osobista (plastry, bandaż, wit.C, coś na ból gardła, krem z filtrem UV).
 - PASZPORT lub dowód osobisty
- Warto posiadać: Batony energetyczne, mapę, przewodnik turystyczny, aparat fotograficzny.
Wszystkie rzeczy należy podpisać i spakować do jednego plecaka!

SPIS EKWIPUNKU — OBÓZ STAŁY

- Legitymacja szkolna
 - Podkoszulki + spodenki sportowe,
 - Koszula z długim rękawem,
 - Długie spodnie,
 - Dres,
 - Skarpety,
 - Strój kąpielowy,
 - Okrycie przeciwdeszczowe,
 - 2 pary butów sportowych + kroksy,
 - Polar lub sweter,
 - Bielizna,
 - Ręcznik + przybory do mycia,
 - Okulary przeciwsłoneczne,
 - Śpiwór,
 - Latarka (zapasowa bateria + żaróweczka),
 - Nakrycie głowy,
 - Przybory do szycia, przybory do pisania
 - Karta zdrowia (wypełniona, wpisać nr PESEL).
 - Menażka, kubeczek, sztućce
- Warto posiadać: mapę, przewodnik turystyczny, aparat fotograficzny.
Wszystkie rzeczy należy podpisać i spakować do jednego plecaka!

SPIS EKWIPUNKU — Obóz narciarski

- Narty z wiązaniami bezpiecznikowymi (sprawnymi)
 - Buty narciarskie (dopasowane do nart),
 - Kijki (z dobrze umocowanymi talerzykami -
zapasowe talerzyki),
 - Czapka, gogle, kask, smary do nart lub świece
parafinowe
 - Kurtka narciarska ciepła, spodnie narciarskie (z materiału
bezoślizgowego), kurtka lekka „wiatrołap”,
 - 2 pary rękawiczek,
 - 2 pary skarpet wełnianych + bawełniane,
 - Dres (spodnie + bluza),
 - Polar lub sweter,
 - Bielizna,
 - Ręcznik + przybory do mycia,
 - Adidasy, buty zimowe wibramowe, klapki lub pantofle,
 - Latarka (zapasowa bateria + żaróweczka),
 - Przybory do szycia, przybory do pisania + zeszyt
 - Karta zdrowia (wypełniona, wpisać nr PESEL),
 - Apteczka osobista (bandaż elastyczny, lepiec itp.) +
witamina C i coś na gardło.
 - 2 m linki
 - Paszport (dot. zagranicy)
- Warto posiadać: mapę, przewodnik turystyczny, aparat fotograficzny.
Wszystkie rzeczy należy podpisać i spakować do jednego plecaka!
Narty spięte rzepami + kijki w pokrowcu!