



MATERIALES RECOMENDADOS BASE CAMP LEDESMA

IMPRESINDIBLE

- Mochila de excursión (capacidad mínima de 15 litros)
- Cantimplora o botella de agua reutilizable (no cristal, 50 cL mínimo)
- Calzado de trekking o impermeable (no traer calzado a estrenar)
- Chubasquero/impermeable
- Bufanda/braga/tapa cuellos
- Crema solar
- Gorra o visera
- Bañador
- Gorro de piscina
- Chanclas
- Tarjeta sanitaria original

RECOMENDADO

- Sudaderas y/o forros polares
- Pantalones cortos y largos
- Calzado deportivo de recambio
- Camisetas (mínimo 1 por día)
- Neceser con útiles de aseo
- Secador de pelo
- Toalla de ducha
- Toalla de piscina
- Ropa interior
- Calcetines
- Pijama
- Dinero (10€ máximo)

TELÉFONO MÓVIL Y CARGADOR

Con el fin de no interrumpir las actividades y evitar pérdidas o roturas, el teléfono móvil será recogido por los monitores permitiendo su uso diariamente de 19:30-20:00 o bien de 21:10-21:40.

En caso de que el participante no tenga teléfono recomendamos que se le deje uno para la recepción de llamadas o bien lo comparta con alguno de sus compañeros/as.

NO DEBES TRAER

- Comida
- Navajas u objetos cortantes
- Aparatos electrónicos: Ipad, Ipod, mp3, videoconsolas, altavoces u objetos que supongan distracción.
- Vapeadores (está prohibido fumar)
- Objetos de valor
- DNI (no es necesario traerlo)

MÁS INFORMACIÓN

Para más información puede contactar con Nubra directamente:

Correo electrónico: info@nubraeducacion.es

Teléfono: **987 106 365**

