



Sugerencia de materiales y ropa - Kayak & raft Camp Los Queñes

I. Para el camping

- Saco de dormir
- Colchoneta
- Cojín
- Linterna
- Spray repelente contra mosquitos

II. Para las actividades

- Pequeña mochila para las actividades y desplazamientos
- Cantimplora o botella para agua
- Gorro o jockey para el sol
- Lentes de sol
- Tubo de bloqueador solar (índice elevado: 50)
- Toalla de playa
- Zapatos viejos que pueden ir dentro del agua (zapatillas deportivas, de trekking, etc...)

III. baño / ducha

- Estuche con:
 - Cepillo de pelos
 - Cepillo de dientes y pasta de dientes
 - Jabón y champú
 - Secador de pelos si necesario
 - Toalla de ducha / baño

Si tratamiento médico o remedios: Medicamentos con las indicaciones escritas.

IV. Ropa

- 1 par de chalas
- 2 pares de zapatillas incluyendo 1 par de trekking o tipo outdoor
- 2 pantalones
- 2 shorts o bermudas
- 2 pijamas
- 1 polerones
- 1 polerón caliente tipo polar grueso o chaqueta de pluma
- 1 chaqueta corta viento
- 5 poleras incluyendo 1 polera manga larga
- 5 calzones
- 5 pares de calcetines incluyendo calcetines gruesos
- 1 trajes de baño
- 1 bolsa para la ropa sucia