



## La lista del equipaje

Para los viajes por un día:

- Unas botellas de agua x2
- Una mochila pequeña o riñonera para contener agua y bocadillos
- Unos zapatos de senderismo (de punta cerrada)
- Unas chanclas o sandalias
- Una chaqueta ligera (chaqueta de lluvia si tienes una)
- El protector solar
- El repelente de insectos
- Unas capas de ropa (camiseta, camisa de manga larga, etcétera)
- La Biblia, otros libros, utensilio de escritura, papel en blanca (opcional)

Para los viajes nocturnos:

- Todo lo que aparece en viajes por un día, además
- Una Almohada
- Un Cepillo de dientes, pasta de dientes y otros artículos de higiene personal
- Una Toalla
- Un conjunto de ropa para cada día

Para los viajes en canos:

- Todo lo que aparece en viajes por un día, además
- Unas sandalias con correa de tacón O unos zapatos de agua
- Ropa sintética (como de poliéster) para un tiempo de secado rápido; trate de evitar usar ropa a base de algodón
- Si el viaje es nocturno también, consulte la lista de viajes nocturnos

\*Ascend Outdoor Adventures proporcionará equipaje del grupo como utensilios de cocina, los platos y utensilios para comer, las tiendas de campaña, los sacos de dormir, las almohadillas para el suelo, las linternas (frontales y otros), y chalecos salvavidas para su uso durante su viaje.

\*\*El uso de equipo personal en lugar del equipo de grupo mencionado anteriormente es a discreción de cada individuo y es responsabilidad exclusiva del propietario.

\*\*\*Los medicamentos personales deben aparecer en el formulario médico y son la responsabilidad exclusiva del usuario prescrito o de su tutor legal.