

EKWIPUNEK

- plecak (+ pokrowiec)
- buty górskie (z dobrym protektorem)
- skarpety górskie (na zmianę)
- stuptuty
- bluza (polar)
- kurtka przeciwdeszczowa (+ ew. peleryna)
- rękawiczki
- czapka (czapeczka)
- śpiwór (noclegi tańsze - bez pościeli)
- dres (lub coś do spania)
- buty „zapasowe”
- klapki (obuwie do schroniska)
- ciuchy do przebrania (na 5 dni), odzież termoaktywna
- przybory toaletowe, ręcznik
- przybory do jedzenia (kubek, nóż, łyżeczka, otwieracz do konserw)
- prowiant (kanapki na 1-szy dzień, chleb, konserwy, sery, warzywa, owoce, zupki, herbata, cukier, cytryna, kawa)
- termos (z herbatą lub kawą)
- woda, napoje
- czekolada, batony
- latarka (najlepiej czołowa - jaskinia!)
- mapa, przewodnik (opisy tras)
- dokumenty, legitymacja PTTK (zniżki!)