

CAMPAMENTO

ART NATURA Y AVENTURA 2026

EQUIPAJE RECOMENDADO



LA MOCHILA PARA IR AL CAMPAMENTO NATURALEZA Y AVENTURA

Aquí les presentamos una lista de las cosas que son necesarias para acudir a los campamentos. Esta lista está elaborada para un campamento convencional de 12 días.



Teléfono ¿sí o no? **Es recomendado.** Así podrán llamarles en los días y horarios establecidos. Sin embargo lo custodiaremos todo el tiempo dejándoselo únicamente en los horarios establecidos para que puedan llamar. El móvil ha de tener cargador y el PIN en una pegatina en la parte trasera.

¿Mochila o maleta? Esto dependerá de cómo sea de organizado el participante. Por lo general los más pequeños se organizan mejor en maletas ya que lo tienen todo a la vista.

Recordar que la ropa sucia ocupa más que la limpia, por lo tanto la mochila no debe ir hasta los topes, que luego no cabe todo. Una bolsa de basura para la ropa sucia va genial

VESTIMENTA

Importante, toda la ropa ha de **estar usada**, evitando prendas nuevas, sobre todo el calzado, ya que puede que se manche o llegar a deteriorarse.

- ☐ 2 zapatillas deportivas, una para rutas y otras para el día a día del campamento.
- ☐ Ropa interior, una para cada día.
- ☐ Ropa deportiva:
 - ☐ Pantalones (3 cortos y 3 Pantalones de chándal)
 - ☐ Camisetas, una para cada día
- ☐ Abrigo, 4 prendas, por ejemplo 2 forro polar y 2 sudaderas.
- ☐ Gorra para el sol, preferiblemente clara y transpirable.
- ☐ Un pijama, opcional.

BAÑO

- ☐ Gorro de baño. **Lo exigen en las piscinas de las excursiones.**
- ☐ Camiseta para el baño. (recomendado, así minimizamos la posibilidad de quemaduras)
- ☐ Dos bañadores
- ☐ 1 toalla de playa
- ☐ 1 Chanclas o zapatillas de agua para ducha o el kayak.



NECESER

- Toalla de aseo grande o albornoz para la ducha.

Hay unos albornoces con cremallera que son ideales, sobre todo cuando tienes que ir desde la tienda a las duchas, con el champú, el peine, el neceser... y sólo se tienen dos manos y mucho que tapar.

- Peine o Cepillo
- Protector solar de factor no menor de 50.
- Crema hidratante para después de la ducha, sobre todo para la cara.
- Vaselina o similar para los labios sobre todo si es propens@ a que se quemen.
- Gel de baño y/o Champú (no es necesario 1 litro)
- Cepillo de dientes y pasta (la de limpiar dientes, la otra ya se dice más abajo).
-

OTROS

- **fotocopia Cartilla de la seguridad social (NO ORIGINAL)**
- En caso de tratamiento médico, Fotocopia del anexo 1 que adjuntó en la ficha de inscripción. Las medicaciones han de ir con su nombre.
- Cantimplora no inferior a un litro de capacidad, que en las marchas nos quedamos escasos.
- Linterna, si es con dinamo mejor, así evitamos el uso de pilas.
- Dinero: con 20 € en monedas de 1 ó 2 € es más que suficiente. NO DAR MÁS DINERO.
- Mochila cómoda, para las salidas. Aquellas que tienen por tirante una cuerda son una tortura.
- Saco de dormir y almohada (si la precisa). En la instalación tenemos mantas por si las necesitan.
- Esterilla o aislante para hacer el vivac. (mayores y pequeños)

OPCIONAL

- Cámara de fotos, cuaderno, lápiz, bolígrafo, sobres con sello y la dirección escrita para enviar cartas.

NO LLEVAR:

Gominolas y chucherías varias, videojuegos, navajas, rotuladores, ropa delicada, anillos, pendientes, mascotas o cualquier cosa de valor.

NOTA:

Cuando el campamento cierre las listas de inscripción asignaremos un N° a cada participante. Ese número se lo haremos saber antes de la incorporación por si quieren marcar la ropa para evitar objetos perdidos.

✓ Si algún participante olvidase algo o no lo tuviera por cualquier motivo, ya estamos nosotros para solucionar cualquier imprevisto. Pueden estar tranquilos que la atención hacia sus hijos es como si fueran los nuestros.