



## CAMPAMENTO 14 DÍAS CON PERNOCTA

- Comida del primer día en Cercedilla:** No hay que llevar la comida del primer día. Comeremos en el Albergue.
- Pantalones largos deportivos (4), pantalones cortos deportivos (7), bañadores(2).
- Sudaderas (3), forro polar (1). Pantalón vaquero (1).
- Camisetas, calcetines y mudas diarias. Pijama. Una camiseta blanca que se pueda pintar.
- Zapatillas deportivas (1), botas de montaña o zapatillas de trekking (1), chubasquero (1).
- Chancas con cierre que sujeten el tobillo, para que se puedan usar para meterse en un río.
- Saco de dormir de 5 grados y esterilla. Sábana bajera y funda de almohada. Linterna con pilas nuevas.
- Cantimplora (1 litro). Mochila (25-30 litros). En el caso de un vivac, el saco y esterilla se les lleva en el coche de apoyo.
- Gorra y crema solar protectora. Toallas (3), una de piscina, una de ducha y una muy pequeña para el lavabo.
- Neceser para la higiene personal (cepillo de dientes, pasta de dientes, cepillo-peine, colonia, jabón líquido champú-suavizante, esponja, gomitas de pelo)
- 1 Bolsa grande para la ropa sucia. **Llevar un monedero con la fotocopia de la tarjeta de la Seguridad Social dentro del mismo y dinero. Recomendamos un total de unos 40€ (llevar monedas y billetes pequeños).**
- Marcar la ropa, sacos y esterillas.
- Otras cuestiones importantes:
  - Llevar la ropa en una mochila deportiva o maleta (la usarán a modo de cajón debajo de la cama).
  - Llevar móvil para las llamadas (puede ser compartido con amigos-hermanos, etc). La comunicación será cada tres días. En caso de no llevar móvil, se facilitará unas líneas para que las familias llamen a los niños. Llegará por email la información sobre los días y horario de las llamadas.
  - Prohibido llevar aparatos electrónicos. Se recomienda no llevar cadenas, anillos y pendientes.
  - Prohibido llevar comida para el campamento (chucherías, patatas, etc).
  - Todos los medicamentos tienen que llevar el nombre y hay que entregarlos al responsable del tema médico.
  - Llevar ropa cómoda y que no sea nueva.
  - Es importante que los chicos hagan las mochilas con las familias para que sepan lo que llevan y donde lo llevan. El campamento comienza haciendo la maleta.
  - En caso de ser necesario, podrán lavar la ropa a mano en los lugares habilitados para ello.

