

equipo recomendado

Peguerinos (Ávila)

El Campamento Peñas Blancas se halla situado a una altitud de 1.460 metros sobre el nivel del mar. Las condiciones climáticas en esta zona de montaña hacen necesario que vuestros hijos acudan con un equipo adecuado para protegerse tanto del sol durante el día como del frío durante la noche, así como para realizar cómodamente las actividades. En esta lista os indicamos la ropa y el equipo necesarios:

Ropa general

- Varias mudas completas
- Varios calcetines de algodón o fibra
- Calcetines de lana gruesos
- Varias camisetas de manga corta
- Pantalones largos
- Pantalones cortos
- Chándales completos (a ser posible más de uno)
- **IMPORTANTE:** Camiseta Blanca (para taller de camisetas)

Ropa de abrigo y para la lluvia

- Un anorak grueso de invierno (para la noche)
- Forro polar o sudadera que abrigue
- Chubasquero o capa de agua

Calzado

- Un par de zapatillas de deporte
- Un par de botas de montaña con piso fuerte (es fundamental que estén ya usadas y adaptadas al pie para evitar rozaduras y ampollas)
- Chanclas de ducha y piscina

CONSEJOS IMPORTANTES

- Marcad las prendas (sobre todo las más importantes) para identificar a su dueño si se pierden, y para que no las intercambien ni compartan.
- A los más pequeños es conveniente que les mostréis bien las prendas que llevan, haciendo el macuto delante suyo más de una vez, para que luego las puedan identificar más fácilmente en el campamento.
- El dinero para gastos extra (sellos, sobres, pilas, artículos de tienda y bar) se entregará a los monitores al llegar al campamento. Hay que llevarlo en una bolsita cerrada y etiquetada con el nombre y apellidos.
- Los medicamentos recetados (si fuesen necesarios) hay que llevarlos en la parte de arriba del macuto y etiquetados con el nombre y apellidos.
- No llevad teléfonos móviles, reproductores CD/MP3 ni ningún otro aparato electrónico u objeto de valor.
- **TODO CABE EN EL MACUTO** (el saco de dormir va dentro, de lo contrario puede extraviarse).
- Ante cualquier duda, no dejéis de consultarnos para asesoraros sobre el equipo recomendado.

Equipo para la montaña

- Macuto de montaña (para llevar a la espalda: ni bolsa de deporte ni maleta)
- Gorra para el sol
- Cantimplora (las de aluminio conservan mejor la temperatura fresca del agua)
- Crema de protección solar para la piel (factor alto o de montaña)
- Protector labial
- Un poto (vaso de plástico con asa)

Equipo para dormir

- Un saco de dormir no muy fino (-5° a 5°)
- Manta fina de batalla o barata (importante)
- Esterilla aislante
- Linterna

Aseo y baño en piscina

- Dos toallas: una de aseo y otra de piscina
- Dos bañadores
- Neceser de aseo completo