



# Campo Gulliver

## COSA PORTARE AL CAMPO MASTER

Cari ragazzi e ragazze, l'avventura del Campo Master comincia già ora con la preparazione del bagaglio! Nel trekking, infatti, tutto ciò che si decide di portare con sé deve essere considerato per il suo peso e il suo ingombro e dovendo portare il materiale nello zaino sulle spalle, un'attenta scelta di ciò che si decide di avere diventa una componente fondamentale per la piena riuscita dell'esperienza che andrete a vivere...

Preparare uno zaino da trekking è quindi già di per sé un'esperienza di "essenzialità" per la quale occorre saper rinunciare al superfluo e dedicare vera attenzione nella scelta delle cose: serve veramente tutto ciò che pensiamo ci serva? Ad esempio: una saponetta intera è troppa per 10 giorni così come un tubetto di dentifricio pieno! Prestate attenzione anche ai materiali: un vasetto di vetro è più pesante di uno in plastica... per non parlare di profumi, gel o altro! Servono davvero? E valutate la quantità: considerate che molta biancheria potrà essere lavata e quindi ridotta nel numero. Ricordate sempre che "i grammi fanno i chili" e che condividere le cose... alleggerisce tutti! Portate indumenti pratici, non belli, coprenti, semplici e idonei alla "vita da campeggio" e al clima montano...

Inoltre la vita in montagna non è qualcosa da improvvisare e da affrontare "alla leggera": avere con sé una buona attrezzatura e tutto l'equipaggiamento necessario, al meglio della funzionalità, è fondamentale per la sicurezza di tutti i partecipanti e la mancata dotazione del materiale richiesto potrebbe comportare la non partecipazione al trekking. Ci raccomandiamo quindi di portare con voi tutto quanto è qui di seguito elencato... Ricordiamo che la Direzione non si assume responsabilità per la mancanza di abbigliamento o attrezzatura necessaria alla proposta di campo. Ecco quindi cosa è necessario portare con voi, e i pesi massimi consigliati, per vivere al meglio l'esperienza del Campo Master:

### **MATERIALE TECNICO INDISPENSABILE!**

- Scarponi robusti da trekking in montagna, a caviglia alta e impermeabili
- Zaino da trekking robusto e comodo con capienza tra i 70 e i 90 litri (con alcune tasche esterne e con cinghie esterne per fissaggio tenda, fondamentale è la qualità del supporto schiena e l'ergonomicità di tutto)
- Sacco a pelo caldo (no mare o estivo, max 1,5 Kg), posto in un sacco di plastica impermeabile
- Un materassino leggero per dormire (max 1 Kg)
- Borraccia da 1 litro (con chiusura a vite, no a scatto)
- Mantella antipioggia robusta "tipo pescatore" (no k-way)
- Giacca a vento calda e impermeabile
- Gavetta in metallo e posate leggere (max 500 gr)

### **ABBIGLIAMENTO**

- 1 Camicia pesante tipo flanella
- 1 Maglione pesante e 1 maglione leggero
- 3 Magliette di cotone
- 2 Canottiere con spalline larghe
- 4 Paia di mutande
- 2 Pantaloni corti comodi e, ai fini della sicurezza durante le attività e del decoro personale, portare modelli "tipo bermuda" che arrivino al ginocchio
- 2 Pantaloni lunghi comodi
- 1 Paio di calzettoni di lana alti
- 2 Paia di calze robuste alte per trekking
- 2 Paia di calze comode ma robuste
- 1 Tuta calda per la notte

### **CALZATURE**

- 1 Paio di scarpe robuste con suola carrozzata
- Ciabatte per la doccia

**Campo Master**   
per chi ha dentro l'avventura

[www.campogulliver.it](http://www.campogulliver.it)



# Campo Gulliver

## COSA PORTARE AL CAMPO MASTER

### PER STARE AL CALDO...

- 1 Cuffia di lana
- 1 Sciarpa o scaldacollo
- 1 Paio di guanti invernali

### PER LA TOILETTE

- 1 Costume da bagno
- Accappatoio, preferibilmente in microfibra, di una taglia adeguata in grado di garantire l'intimità personale (da lasciare al Campo in periodo di trekking)
- 1 Salvietta per igiene personale
- 1 Shampoo piccolo, meglio se biodegradabile (max 100 gr)
- 1 Shampoo grande (da lasciare al Campo durante il trekking)
- 1 Spazzolino e piccolo dentifricio (max 100 gr)

### ACCESSORI

- 1 Sapone di Marsiglia naturale (max 100 gr)
- Crema solare in tubetto leggero (max 150 gr)
- Crema generica in tubetto leggero (consigliata "PREP")
- Crema per labbra
- Fazzoletti
- Cintura leggera
- Torcia elettrica di piccole dimensioni (meglio se a led e frontale) con batterie cariche
- Cellulare carico e spento (non sarà possibile ricaricarlo al Campo)

### CONSIGLIATI MA NON OBBLIGATORI

- Scatola di fiammiferi (in contenitore stagno e leggero)
- 2 metri di cordino generico in nylon diam. 4 mm
- Copricapo anti pioggia
- Alcuni cerotti per vesciche
- Un fischiello e una bussola

### ALTRO DA SAPERE

È importante dotarsi di un capiente sacco di stoffa da dedicare ai panni sporchi in attesa... di pulizia! Ricordiamo quindi che sono previsti momenti per il lavaggio biancheria.

Gli ospiti potranno avere con sé una piccola quantità di denaro, non superiore a €35, da utilizzare per piccole spese (gelati, souvenir, ...)

Ricordiamo che, per motivi educativi e di sicurezza, al Campo non è possibile portare:

- Qualsiasi alimento
- Libri, anche didattici, o fumetti
- Lettori musicali e giochi elettronici
- Oggetti contundenti (coltellini tascabili, fionde, ecc)

**Campo Master**   
per chi ha dentro l'avventura

[www.campogulliver.it](http://www.campogulliver.it)