

OCCORRENTE ED ALTRE INFO GTE 25-29 APRILE 2023

ZAINO LEGGERO	ZAINO PESANTE
Abbigliamento 1 pile 1 giacca a vento o Kway 1 maglietta maniche lunghe 1 maglietta mezze maniche 1 paio di calzini di scorta	Abbigliamento 1 pile pesante 1 giacca per la sera 3 maglietta maniche lunghe 1 maglietta termica 3 paia di calzini 3 paia di mutande 1 paio di pantaloni trek di ricambio 1 tuta completa per la notte/pigiama 1 paio di scarpe 1 cambio serale Costume da bagno
Dotazione personale Borracce capacità totale consigliata: almeno 2-3 lt. Occhiali da sole Cappello/bandana/paracollo/berretto di lana Coltello Pila frontale Cellulare Power bank 1 asciugamano Crema solare Burro cacao Kit pronto soccorso Buste in plastica per isolare il materiale e rifiuti Costume da bagno Cinghie Copertura per lo zaino Bastoncini da trek Documenti Portafoglio	Dotazione personale 1 sacco a pelo 1 tappetino/materassino 1 set di asciugamani 1 accappatoio 1 paio di ciabatte 1 telo mare Shampoo/sapone Spazzolino da denti/dentifricio Crema idratante Buste in plastica per biancheria sporca Forbici/ago/filo Batterie di ricambio Contenitori per alimenti Beauty case (servirà!)
Abbigliamento da indossare secondo il meteo: Pantaloni da trek, eventualmente modulari Maglietta/e Pile Giacca Scarponi alti da trek	

Martedì 25.04.2023 Imbarco dal Porto di Piombino con aliscafo alle ore 14.55., arrivo a Cavo alle ore 15.10

Sabato 29.04.2023 Imbarco dal Porto di Portoferraio con traghetto alle ore 15, arrivo a Piombino alle ore 16

Il programma giornaliero dettagliato verrà distribuito agli iscritti prima della partenza e conterrà anche precise indicazioni relative alla dotazione di viveri ed acqua per ogni singola tappa.