

4-daagse Lost City-trek

PAKLIJST



KLEDING & SCHOEISEL

- Waterdichte wandelschoenen
- Sandalen
- T-shirts met korte mouwen
- Trekking bukser og shorts
- Regenbroek
- Warme trui voor 's avonds
- Sjaal
- Ondergoed en nachtkleding
- Wandelsokken
- Hoed/pet
- Zwemkleding

TOILETSPULLEN

- Tandeborstel en tandpasta
- Deodorant
- Contactlenzen/bril
- Insectenspray
- Zonnebrandcrème met hoge SPF
- Lippenbalsem met SPF
- Slaapmasker/oordopjes
- Haarborstel
- Douchegeel/shampoo
- Toilet papier

DIVERSE

- Dagrugzak met regenhoes
- Lakenzak
- Originele paspoort
- Verzekeringsbewijs/-pas
- Zonnebril
- Herbruikbare waterfles
- Water voor de eerste dag (2L)
- Snacks
- Sneldrogende handdoek
- Eventueel wandelstokken
- Contant geld voor fooien, water en snacks

TECHNISCHE ZAKEN

- Telefoon
- Camera
- Powerbank
- Hoofdlamp
- Eventueel verrekijker

MEDICIN

- Anti-allergiemedicijnen
- Pijnstillers
- Desinfecterende handgel
- Maagtabletten
- EHBO-doos (incl. blarenpleisters)