



Když vyrazíme na výpravu

Co na sebe - v létě

- krátké kalhoty nebo sukně
- tričko
- košile/tenká mikina s dl. rukávem
- vyšlápnuté boty - nejhodnější jsou lehké pohorky či trekovky
- dobře padnoucí a pot sající ponožky
- čepice nebo šátek na hlavu (ochrana před sluníčkem)

Do batohu: větrovka nebo bunda s kapucí, dlouhé kalhoty (obojí raději bavlněné - nevdá jim jiskry z ohně; nenápadných barev)

v zimě

- spodky (punčocháče vhodné nejsou)
- tričko (nejlépe funkční - důležitější než v létě)
- kalhoty nejlépe vodoodpudivé ale prodyšné
- košile, tenká mikina
- teplá (flísová) mikina nebo svetr
- tenčí bunda nebo větrovka s kapucí - opět nejlépe vodoodpudivé, ale prodyšné
- čepice přes uši + rukavice + šátek nebo šála na krk
- vyšlápnuté vodoodpudivé boty - nejhodnější jsou dobře ošetřené kožené pohorky (sněhule apod. jsou vhodné jen na krátkou vycházku)
- tenké (bavlněné) + teplé (vlněné) ponožky do bot
- návleky (kamaše) - aby do bot nepadl sníh

Do batohu: náhradní rukavice a (teplé) ponožky, flísová bunda či vesta nebo svetr, termoska s čajem

Co do batohu na jednodenní výpravu:

- šátek (nejlépe bavlněný a raději větší)
- zápisník + tužka (příp. i Beskyd. poutník)
- uzlovačka (2-3m pevné šňůry)
- průkaz na bus/vlak (děti starší 10 let)
- svačina
- láhev s pitnou vodou (min. 0,7l)
- zavírací nůž
- pláštěnka/ pončo
- KPZ-ka

Na dvou- a vícedenní výpravu:

- totéž co na jednodenní výpravu +*
- batoh, do kterého se vše vejde *
 - karimatka (+ v příp. táboření také igelit pod sebe, 2x1m)
 - spacák (doporučujeme v kompresním obalu)
 - oblečení na spaní (podle kvality spacáku)
 - tulácká plachta nebo celta (jen pokud táboříme)
 - ešus v obalu (pokud se nevaří, stačí miska) + lžíce
 - hrníček (plastový, plechový ...)
 - baterka (čelovka)
 - potraviny - dle pokynů k výpravě či rozpisu
 - přezůvky (do budovy; sandály na táboření)
 - hygienické potřeby (ručník, mýdlo, kartáček + pasta na zuby, hřeben, kapesník, kus WC papíru)
 - teplé oblečení = svetr nebo mikina na večer
 - rezervní oblečení (ponožky, spodní prádlo, tričko)

***BATOH** - kdo TO myslí vážně, využije batohy 2. Menší (objem okolo 20l - v nouzi postačí i školní batoh), na vícedenní větší (okolo 50l). Máte-li možnost výběru, volte takový, kde můžete regulovat objem - např. pomocí bočních pásek, nebo nastavitelným „límcem“ v části kudy se plní. Důležité jsou pásy a kapsy na vnější straně, pomocí kterých upevníte k batohu karimatku a další výstroj, vhodná je i pláštěnka na batoh. Barvy spíše nenápadné, ale nesmí chybět reflexní prvky. Školní batohy se zipem se hodí opravdu jen do školy (čím víc zipů tím víc problémů)

CO DO PŘÍRODY NEBRAT: šperky, přehrávače, tablety aj. "zábavnou" elektroniku, jakoukoliv Pyrotechniku a jakékoliv omamné látky (vč. cigaret a alkoholu)