

Tabără de 5 nopti/6 zile de ski - Recomandări Iarnă

Ce ar trebui să conțină rucsacul unui copil pentru o tabără de iarnă

Important: Asigurarea în caz de accident (pe perioada taberei) este *obligatorie!*

- Lenjerie de corp (chilot + maieu) / 1 pereche pentru fiecare zi
- Pijama- 1 bucată (bluză + pantaloni)
- Ștrampi - 3 perechi
- Șosete - subțiri 6 perechi - groase 6 perechi
- Tricouri - 4 bucăți
- Maletă (bluză pe gât, helancă) - 3 bucăți
- Training - 1 bucată (pantaloni + bluză)
- Bluze groase- 2 bucăți
- Costum de ski (salopetă sau pantaloni + geacă)- 2 bucăți
- Căciuli- 2 bucăți
- **Mănuși cu 5 degete- 2 perechi**
- Bocanci (încălțări de iarnă) - 2 perechi
- Adidași (încălțări pentru interior) - 1 pereche
- Ochelari de ski- 1 pereche
- Slip/Costum pentru piscina
- Crema protectoare pentru fata si buze
- O listă cu numele, hainele copilului și nr. de telefon de contact
- Jucării personale
- Lista cu tratament medical, dacă este cazul
- Lista cu alimentele contraindicate + 3 feluri de mâncare preferate
- Voie Buna!

Surpriza: Toate acestea trebuie sa incapa in rucsacul copilului.

Folosiți pungă de plastic de diferite culori pentru fiecare categorie de lucruri pentru a le putea găsi mai repede.

Interzis cu geți, valize, plase!

Cum trebuie sa fie ruscacul:

Ca cercetași trebuie să aveți rucsacul propriu.

Este un obiect foarte important pe care îl veți utiliza în toată cariera voastră de cercetași.

La cumpărarea lui trebuie să aveți în vedere câteva lucruri esențiale cum ar fi înălțimea,

greutatea și posibilitățile voastre.

Ideal este ca rucsacul să aibă cât mai multe buzunare, apoi să aibă capacitatea care vă convine și apoi,

cel mai important, să fie rezistent.

Toate cele de mai sus sunt utile doar dacă vă veți ocupa singuri de aranjarea lucrurilor în rucsac

și nu veți lăsa aceasta în seama părinților.

În acest ultim caz, rețineți că atunci când veți avea nevoie de un lucru nu veți ști unde a fost pus.

Cele zece legi ale rucsacului:

1. Aranjați-vă lucrurile în rucsac astfel încât să le puteți găsi și pe întuneric;
2. În partea rucsacului care stă lipită de spate trebuie așezate lucrurile moi: haine, prosoape, etc.;
3. La fundul rucsacului se pun lucrurile grele și mai puțin folosite;
4. În buzunare se pun lucrurile de care puteți avea nevoie în orice moment: lanternă, briceag;
5. Toate obiectele trebuie bine fixate, pentru a nu se balansa;
6. Dacă nu veți avea probleme cu rucsacul, călătoria va fi mult mai plăcută;
7. Rucsacul se menține curat și niciodată nu se împrumută;
8. Rucsacul nu trebuie să depășească un sfert din greutatea voastră și niciodată mai mult de 12-14 kg;
9. Încercați să țineți rucsacul permanent echilibrat;
10. Când veți căpăta experiență, veți putea alege mult mai repede lucrurile cele mai utile și cele mai ușoare.