

PROGRAMA MULTIAVENTURA SIERRA NEVADA



MATERIAL ACONSEJABLE

- Ropa deportiva (una camiseta por día, algún pantalón corto y alguno largo para la noche)
- Bolsa para ropa sucia
- Doble calzado deportivo
- Útiles de aseo (cepillo de dientes y dentífrico, peine) (gel no es necesario porque dispone el hotel)
- Ropa interior y calcetines (una muda por día)
- Alguna sudadera para las noches
- Pijama
- Protector solar
- Equipo de aventurero: mochila pequeña, gorra, repelente de mosquitos algo de dinero para gastillos y posible fianza del hotel, almuerzo picnic para primer día...

PARA EL DÍA NÁUTICO:

Bañador debajo de la ropa, chanclas atadas, y en la mochila, llevar: toalla, calcetines, ropa interior, muda de ropa y zapatillas de deporte.

PARA EL DÍA DE SENDERISMO:

Calzado deportivo y calcetines, pantalón corto, y mochila con: toalla pequeña para secarse los pies (en caso de mojarse), calcetines y zapatillas de repuesto.

RECOMEDACIONES

- Se recomienda que el alumnado lleve fotocopia de la tarjeta sanitaria y DNI si lo tuviesen.
- Dar aviso al profesorado de alergias, enfermedades o cualquier indicación de interés.
- Eviten incluir en el equipaje elementos punzantes y cortantes, equipos de sonido o electrónicos.