

Za horami.cz

Ukázkový seznam pro balení (delší expedice)

Důležité věci

- Pas
- Kopie pasu
- Doklady od cestovního pojištění a evropská kartička pojištění
- Platební karta, peníze, peněženka
- Mobil
- Další potřebné doklady
- Jízdenky, letenky (dne už většinou elektronicky)
- Vytisknuté důležité informace jako jsou kontakty na české velvyslanectví, nouzová čísla dané země, informace k trekům, časy odjezdů atd.
- Mapy
- Stan
- Spacák
- Karimatka

Užitečné věci a technika

- Nůž
- Čelovka
- Karabina
- Kus pevné šňůry
- Sirky / zapalovač / škrtdlo
- Píšťalka
- Sešit (nejlépe čtverečkovaný) či malý deník
- Propisky
- Slovníček (rozuměj základní fráze na papíru) a příslušná abeceda
- Lepení na stan/karimatku
- Sluneční brýle + pevný obal na ně
- Jehla
- Niť
- Pevná plastová krabice
- Kousek TESA pásky
- Pár sáčků/plastových pytlů
- Pláštěnka na batoh
- Kapesníky
- Buzola nebo kompas
- GPS – dnes už plně nahraditelná chytrými telefony s inteligentní obsluhou
- Hodinky
- Náhradní baterky
- Nabíječka na mobil
- Powerbanka
- Brašna s foťákem a příslušenstvím.

Jídlo

- Lžíce
- Ešus
- Vaříč
- Plynová kartuše
- Utěrka
- Flašky na vodu
- Koření, sůl, cukr, čaj
- Hroznový cukr
- Veškeré potraviny, které si беру na začátek

Oblečení

- Pohorky
- Sandály
- 2x trekové ponožky
- 1x teplé ponožky na spaní
- 3x-4x spodáry
- Kraťasy (a zároveň plavky)
- Dlouhé turistické kalhoty (lehké, rychleschnoucí) / 1 kalhoty s odepínacími nohavicemi
- Tepláky / podvlíkačky
- 2x funkční triko s krátkým rukávem
- 1x funkční triko s dlouhým rukávem
- Obyčejné triko na spaní
- Něco teplého podle destinace a potřeby: Péřovka, fleeska, softshellka atp.
- Svrchní nepromokavá bunda / bunda + pláštěnka
- Čepice
- Rukavice
- Šátek na hlavu

Hygiena

- Zubní pasta
- Zubní kartáček
- Toaleták
- Malý ručník

Lékárnička atp.

- Opalovací krém (faktor 30-50)
- Repelent (pokud je potřeba)
- Desinfekční gel
- Nouzová desinfekce vody / filtr.
- Lékárnička se vším potřebným vybavením

Zábava

- Kniha nebo čtečka (čtečka v opravdu pevném obalu)
- Křížovky do vlaků, karty nebo lehké přenosné hry

Více najdeš na zahorami.cz/balení