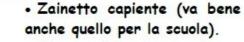
Qualche utile consiglio

Equipaggiamento raccomandato



 Scarponcini da montagna con suola scolpita e tomaia alla caviglia (NO alle scarpe da ginnastica).



- Giacca a vento.
- · Maglioncino di lana o pile.
- · Berretto di lana o di pile (per il freddo) e cappellino (per ripararsi dal sole).
- Guanti

· Mantella per oppure ombrellino pieghevole.

· Occhiali da sole e crema solare (utili soprattutto per quando andremo sulla neve).











Merenda al sacco

- · Panini quanti ne raccomanda il vostro appetito.
- · Borraccia o bottiglietta di plastica che ne possa svolgere la funzione (NO alle bibite in lattina, recipienti ingombranti e pesanti da cui non si può bere un solo sorso).
- Un sacchetto di plastica in cui riporre i rifiuti

Chi ha ancora spazio e buona volontà, può portare alcuni oggetti utili quali: fazzoletti di carta (da non lasciare in giro, però!), stick per labbra, cerotti medicati.











Tipografia





CLUB ALPINO ITALIANO

SCUOLA DI ALPINISMO GIOVANILE "LUIGI BOMBARDIERI - NICOLA MARTELLI"

ALPINISMO GIOVANILE

