



## SEZNAM DOPORUČENÝCH VĚCÍ NA LDT

Toto je seznam, kde je zahrnuto nejnnutnější vybavení táborníka či tábornice, ze zkušeností jistě víte, které položky bude nutno množstevně posílit.

### **Na cestu do tábora:**

- svačinka a pití
- plavky a ručník
- pevná obuv, čepice, pláštěnka

### **Oblečení:**

- dlouhé a krátké kalhoty (alespoň 2 ks od každého)
- plátěná nebo silonová bunda (větrovka)
- teplý svetr (2x)
- tepláková souprava (2x)
- pyžamo nebo další tepláky výhradně na spaní + ponožky na spaní (1x)
- trička s krátkými i dlouhými rukávy (alespoň 7 ks)
- ponožky (alespoň 14 ks)
- spodní prádlo (alespoň 14 ks)
- plavky
- plátěný šátek
- čepice proti slunci
- sluneční brýle
- košile s dlouhými rukávy (**minimálně jedna jednobarevná ZELENÁ**)
- pláštěnka

### **Obuv:**

- tenisky
- pevná rozchozená obuv (kotníčkové boty)
- sandály
- holinky (nezbytné)

### **Toaletní potřeby:**

- kapesníky
- utěrka
- ručník
- osuška
- kartáček na zuby
- pasta
- mýdlo
- šampon
- opalovací krém
- repelent
- toaletní papír

### **Další vybavení:**

- karimatka nebo nafukovací matrace
- spacák (polštářek)
- batoh na výlety (půjdeme na dvoudenní výlet)
- ešus (podepsaný), polní nebo plastová lahev

- hrníček na čaj,
- příbor
- dopisní papír + známky, obálky
- psací a šicí potřeby
- provázek, kolíčky
- baterka (+ náhradní baterky a žárovka)
- kapesné asi 400 Kč
- zdravotní průkaz
- průkaz zdravotní pojišťovny
- zavírací nůž
- pytel na špinavé prádlo
- šitíčko
- škrabka na brambory

### **Poznámky k vybavení:**

(Především pro táborníky, kteří jedou poprvé)

- Oblečení a zejména obuv by měla být starší, prověřené a funkční
- Vybavte táborníka kvalitním, teplým a skladným spacákem. A to z těchto důvodů:
  - jdeme na dvoudenní výlet a některé noci trávíme ve volné přírodě. Spacák se tedy musí vejít do batohu a nesmí v něm zabrat celé místo.
  - noci bývají obvykle i v létě chladné
- Batoh na dvoudenní výlet musí být dostatečně velký a musí se pohodlně nosit. Vyberte nebo si půjčte kvalitní turistický batoh. Takový batoh by měl:
  - být dostatečně velký na spacák, oblečení na dva dny, 1 pár náhradní obuvi, toaletní potřeby, svačinu a polní láhev.
  - měl by mít přezky či ouška pro pevné vnější uchycení karimatky
  - musí být pohodlný (bederní pás je velkou výhodou)
- Boty: boty jsou základním vybavením dítěte. Prosíme vás, abyste děti vybavili kvalitní obuví jejich velikostí. A prosíme, nezapomínejte na holínky.