

Výbava na tábor

Prosíme, aby veškeré oblečení a pomůcky byly **podepsané**. Ušadněte nám tím hledání majitelů v případě ztráty.

Co má dítě denně v batůžku:

Doporučujeme batoh s hrudním páskem (aby nepadal z ramen) a pláštěnkou.

- **Pítí (min. 0,5 l) a svačina**
- **Čtvereček karimatky** (podsedák na sezení na zemi)
- **Látkový pytlík** (na nalezené poklady)
- **Náhradní ponožky a spodní prádlo** (případně legíny)
- **Kapesník**
- **Pláštěnka** (pokud dítě nemá kvalitní nepromokavou bundu)

Jak dítě obléknout?

Každý den nás čeká dost chůze, proto je nejdůležitější **vhodná obuv**.

- **Boty:** Doporučujeme pevnou obuv s uzavřenou špičkou i patou. Ideální je kotníčková obuv s membránou.
- **Oblečení:** V lese bývá chladněji. I v létě jsou nejlepší světlé, prodyšné materiály (bavlna, len) s **dlouhým rukávem i nohavicemi** – slouží jako ochrana před sluncem a klíšťaty.
- **Ochrana hlavy:** Klobouk nebo kšiltovka jsou nutností.

Důležité: Sledujte aktuální předpověď. Venku budeme trávit čas, i když bude pršet.

Ochrana pokožky

Před příchodem na tábor doporučujeme dítě ošetřit **repellentem** a v případě slunečního počasí i **opalovacím krémem**.