Colombian
The Colombian Way

Trekking di 3 giorni nel Cocora e a Los Nevados

Lista dell'attrezzatura

Non è disponibile un servizio di portatori. Portate solo ciò che potete trasportare comodamente.

Calzature e abbigliamento

- ☐ Scarponi da trekking impermeabili, già rodati e con buona aderenza
- ☐ Ghette (facoltative)
- ☐ Scarpe leggere e asciutte o sandali per la sera
- ☐ Abbigliamento da trekking ad asciugatura rapida
- ☐ Biancheria termica
- ☐ Pile caldo
- ☐ Giacca termica
- ☐ Giacca impermeabile
- ☐ Pantaloni impermeabili
- ☐ Calze da trekking calde
- ☐ Calze asciutte per dormire
- ☐ Guanti
- ☐ Berretto di lana
- ☐ Abbigliamento termico asciutto per dormire

Pernottamento e igiene personale

- ☐ Sacco lenzuolo leggero
- ☐ Asciugamano piccolo ad asciugatura rapida
- ☐ Prodotti per l'igiene personale
- ☐ Carta igienica
- ☐ Salviette umidificate
- ☐ Sacchetto di plastica richiudibile

Attrezzatura da trekking

- ☐ Zaino da 30-40 litri
- ☐ Grande sacco per rifiuti o sacche impermeabili
- ☐ Borraccia ricaricabile o sacca idrica (almeno 1,5 litri)
- ☐ Snack ad alto contenuto calorico
- ☐ Lampada frontale
- ☐ Batterie di ricambio
- ☐ Power bank

Protezione solare e salute

- ☐ Crema solare ad alto SPF
- ☐ Balsamo labbra ad alto SPF
- ☐ Occhiali da sole con protezione UV
- ☐ Cappello da sole
- ☐ Repellente per insetti
- ☐ Farmaci personali, se necessari
- ☐ Cerotti idrocolloidali (se soggetti a vesciche)

Documenti e denaro

- ☐ Passaporto o copia
- ☐ Dati dell'assicurazione di viaggio (se stipulata)
- ☐ 150.000 COP in contanti, in banconote da 20.000 COP o meno

Fornito durante il trekking

Acqua potabile filtrata, bastoncini da trekking e poncho antipioggia in prestito, pasti, materassi e coperte pesanti nelle fincas di montagna.