



ABC SUNSPORTOWEGO PODRÓŻNIKA

Ponieważ uczestniczyć będziecie w zielonej szkole sportowo-rekreacyjnej, podczas której każdy dzień jest bardzo aktywny, zabierzcie rzeczy, których nie będzie Wam szkoda poświęcić w imię dobrej zabawy. Pamiętajcie jednak, że wyjeżdżacie tylko na 3-5 dni więc nie zabierajcie szafy i komody ☺. Każdy sunsportowicz powinien „dźwigać” swój bagaż, choć tym najmłodszym staramy się pomóc.

WSZYSCY:

STREFA HIGIENY:

- szczoteczka do zębów,
- pasta do zębów,
- mydło do mycia rąk (najlepiej mała butelka mydła w płynie),
- żel pod prysznic,
- balsam do ciała jeśli używasz,
- żel do mycia twarzy,
- krem bambino lub inny, który lubisz,
- szampon do włosów,
- odżywka do włosów jeśli używasz,
- szczotka do włosów lub grzebień,
- dla dziewczynek spinki, gumki, opaski,
- ręczniki kąpielowe i plażowe (pamiętajcie, że jeśli nie ma pogody wszystko bardzo wolno schnie),
- wilgotne chusteczki jednorazowe jeśli używasz,
- chusteczki higieniczne.

STREFA ODZIEŻY:

- bielizna (proponujemy zabrać większą ilość lub minimum tyle ile dni będziecie na zielonce – raczej nie wierzymy, że będziecie mieli ochotę pracować☺),
- koszulki z krótkim rękawem (około 4,5 szt.),
- koszulki na ramiączkach na wielkie upały,
- 1 koszulka z długim rękawem na zimne dni,
- krótkie spodenki,
- długie spodnie,
- strój sportowy (dres, dziewczynki mogą zabrać legginsy, t-shirt'y, bluzy),
- ciepłe ubranie (bluzy dresowe lub polarowe),
- cienka bluza i lub sweter na chłodniejsze wieczory (1 sztuka),
- kurtka przeciwdeszczowa,
- koniecznie czapka, kapelusz lub chustka chroniące przed słońcem,
- strój kąpielowy (jeśli się uda wykorzystamy),
- odpowiednie buty (adidasy, sandały, klapki do użytku „domowego”, wygodne buty na piesze wycieczki, przydać się mogą kalosze).

AKCESORIA:

- okulary przeciwsłoneczne,
- pomadka ochronna,
- krem z filtrem, środek przeciw komarom, meszkom i kleszczom,
- ciekawa książka na wypadek bezsenności,
- mp3 na wypadek ochoty na posłuchanie ulubionej muzy,
- ulubione płyty na dyskotekę,
- maskotki,
- jaśka-poduchę do spania.

Nie zabierajcie: laptopów, konsol, PSP i innych „zabawiaczy”, drogich aparatów fotograficznych.

Bagaż dzieci najmłodszych, czasem nawet odzież warto podpisać imieniem i nazwiskiem. Ułatwia to namierzenie rzeczy zagubionych lub pozostawionych w ośrodku.