

LLISTA DE MATERIAL

Seguidament us oferim una llista de material estàndard que us pot servir de guia a la hora de fer-vos la motxilla, és un llistat orientatiu que intenta recollir-ho tot, sovint la majoria de les coses no fan falta:

Roba:

- Roba pels dies de l'excursió
- Recanvi de roba interior
- Mitjons de recanvi
- Samarreta de recanvi
- Jersei (prim o gruixut)
- Pantalons de recanvi
- Calçat de recanvi
- Bossa per la roba bruta
- Guants
- Gorro o gorra (segons estació)

Per dormir:

- Sac de dormir
- Màrfega

Estris:

- Paravents / impermeable
- Bossa de plàstic

- Cantimplora plena
- Plat o carmanyola, got i coberts.
- Lot
- Fulard

Neteja personal:

- Raspall i pasta de dents
- Pinta
- Funda per les ulleres
- Ortodòncia
- Tovallola petita
- Crema pel sol
- Protector pels mosquits
- Paper de WC o kleenex

Intendència:

- Àpats.
- Fogonet (si s'escau).

Consells

:

- Evitarem posar coses innecessàries a la motxilla (no fan falta 2 polars i 1 jersei!).
- Comprovarem que no ens deixem res (repassarem la llista del material)
- Farem la motxilla amb ordre:
 - Procurarem tenir a mà coses importants: la cantimplora, la gorra,...
 - Aprofitem les butxaques laterals i la tapa de la motxilla.
 - Col·locarem els objectes en l'ordre previsible invers a la seva utilització.
- Els objectes més pesats han d'anar a sota i/o prop de l'esquena.
- La motxilla ha de quedar compacta i recta.
- La motxilla l'heu de fer vosaltres, no els pares. Heu de saber en tot moment on teniu les coses.
- Com a molt la motxilla pot pesar un 30% del teu pes.
- No hi ha d'haver RES penjant de la motxilla, és molt incòmode i desequilibra el pas.

Si t'has de comprar una motxilla nova:

- Ha de tenir corretges a la cintura, amples però toves.
- Les tires de l'esquena han d'estar reforçades (perquè no es trenquin) i encoixinades perquè no facin mal a les espatlles.
- El teixit pot ser impermeabilitzat i resistent.
- Les motxilles que tenen la part de l'esquena reforçada o amb estructura metàl·lica, són molt més còmodes a la hora de fer caminades.
- Són molt millor les motxilles que es poden obrir pel cul així es poden treure les coses del fons sense haver de desfer tota la motxilla.



AGRUPAMENT ESCOLTA INDIKA

MINYONS ESCOLTES I GUIES SANT JORDI DE CATALUNYA

c\ Progrés, 13

17200 – Palafrugell (Girona)