

# Obozowa checklista

## GRECJA

### ODZIEŻ I OBUWIE

- Koszulki z krótkim rękawkiem
- Bluzki z długim rękawem (ochrona przed słońcem / wieczory)
- Krótkie spodenki
- Długie, lekkie spodnie (np. dresowe / lniane)
- Lekka bluza / cienka kurtka
- Piżama
- Bielizna (majtki i skarpetki - na każdy dzień)
- Strój kąpielowy (plażowy)
- Strój kąpielowy (sportowy)
- Nakrycie głowy (czapka z daszkiem / kapelusz / chustka)
- Klapki
- Buty sportowe
- Sandały / lekkie buty letnie
- Inne: .....

### KOSMETYKI

- Szczoteczka do zębów
- Pasta do zębów
- Żel pod prysznic / mydło
- Szampon
- Szczotka / grzebień do włosów

- Ręcznik kąpielowy
- Ręcznik plażowy
- Chusteczki higieniczne
- Chusteczki nawilżane
- Krem z wysokim filtrem UV (SPF 30-50)
- Balsam po opalaniu / krem nawilżający
- Pomadka ochronna z filtrem UV
- Inne: .....

### AKCESORIA

- Mały plecak podręczny (na wycieczki i plażę)
- Buty do wody
- Bidon na wodę
- Okulary przeciwsłoneczne
- Zegarek
- Portfel / saszetka
- Książka / komiks / zeszyt
- Gumki / akcesoria do włosów
- Inne: .....

### DOKUMENTY

- Ważny dowód osobisty (obowiązkowo)
- Karta kwalifikacyjna uczestnika
- Karta EKUZ (zalecana)
- \* Leki przyjmowane na stałe - opisane i przekazane kadrze