

Załącznik 6 Niezbędne wyposażenie pielgrzyma

**NIEZBĘDNE WYPOSAŻENIE PIELGRZYMA**

Namiot - bo pielgrzym musi gdzieś spać...

Buty - dobrze rozchodzone, wygodne, z krytą piętą. (2 pary)

Skarpety - bawełniane lub wełniane, nie elastyczne!

Ubranie - wygodne i zgodne z regulaminem pielgrzymki.

Bielizna osobista - bawełniana, kilka kompletów na zmianę.

Nakrycie głowy - eleganckie, przeciwsłoneczne.

Peleryna, płaszcz - również eleganckie, przeciwdeszczowe.

Przybory do higieny osobistej, ręczniki - bez ekstrawagancji.

Karimata, materac, śpiwór - kompletne i sprawdzone.

Żywność - suchy prowiant zabezpieczony przed zepsuciem.

Przybory kulinarne - tzw. „przybornik turystyczny”.

Apteczka osobista - używane lekarstwa i podstawowe środki opatrunkowe

(bandaże zwykłe i elastyczne, talk, witaminy, elektrolity, wapno).

