

ΑΝΟΙΞΗ - ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ

Για πεζοπορίες, trekking και ημερήσιες εξορμήσεις σε βουνό και φύση.

Βασικός εξοπλισμός

- Σακίδιο **20-30L**
- Ορειβατικά μποτάκια ή trail παπούτσια με καλή πρόσφυση
- Τεχνικό μπλουζάκι / ισοθερμικό
- Παντελόνι πεζοπορίας ή trekking
- Fleece ή ελαφρύ ζεστό layer
- Αδιάβροχο αντιανεμικό μπουφάν με κουκούλα
- Καπέλο
- Γυαλιά ηλίου
- Αντηλιακό
- **1,5-2L νερό** τουλάχιστον
- Φαγητό και σνακ για τη διάρκεια της διαδρομής
- Μπατόν πεζοπορίας, προαιρετικά
- Φακός κεφαλής
- Προσωπικά φάρμακα, εφόσον χρειάζονται
- Κινητό τηλέφωνο
- Σακούλα για τα σκουπίδια σας

Σε περίπτωση βροχής ή άστατου καιρού

- Αδιάβροχο παντελόνι
- Ένα επιπλέον μπλουζάκι
- Επιπλέον κάλτσες
- Buff
- Dry bag ή αδιάβροχη σακούλα για τα σημαντικά αντικείμενα

Η βασική λογική είναι να έχετε πάντα μαζί σας προστασία από βροχή, ένα επιπλέον ζεστό layer και εξοπλισμό για περίπτωση καθυστέρησης ή αλλαγής του καιρού.