

RIVER TREKKING

Για διαδρομές σε ποτάμια, φαράγγια και ρέματα, ο εξοπλισμός διαφοροποιείται σημαντικά ανάλογα με τη στάθμη του νερού, τη θερμοκρασία και τη μορφολογία της διαδρομής.

Βασικός προσωπικός εξοπλισμός

- Σακίδιο κατάλληλο για υγρό περιβάλλον ή dry bag
- Παπούτσια κατάλληλα για περπάτημα μέσα στο νερό με καλή πρόσφυση
- Μαγιό
- Quick-dry μπλουζάκι / ισοθερμικό
- Πετσέτα μικρού όγκου
- Αλλαγή στεγνών ρούχων
- Αδιάβροχη θήκη για κινητό
- Νερό
- Σνακ / φαγητό
- Αντηλιακό
- Καπέλο
- Προσωπικά φάρμακα

Ανάλογα με τη δραστηριότητα

Ο απαραίτητος τεχνικός εξοπλισμός, όπως **κράνος, σωσίβιο, neoprene, σχοινιά ή άλλο εξειδικευμένο υλικό**, καθορίζεται από τους συνοδούς και παρέχεται ή ανακοινώνεται ξεχωριστά για κάθε συγκεκριμένη δραστηριότητα.