

ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ

Το φθινόπωρο μπορεί να ξεκινήσει σαν καλοκαίρι και να τελειώσει σαν χειμώνας. Για αυτό ο εξοπλισμός πρέπει να μπορεί να προσαρμοστεί σε χαμηλότερες θερμοκρασίες και βροχή.

Βασικός εξοπλισμός

- Σακίδιο **25-35L**
- Ορειβατικά μποτάκια με καλή πρόσφυση
- Τεχνικό ή ισοθερμικό μπλουζάκι
- Παντελόνι trekking
- Fleece
- Ζεστό jacket / ελαφρύ μονωτικό μπουφάν
- Αδιάβροχο και αντιανεμικό μπουφάν
- Αδιάβροχο παντελόνι
- Buff
- Σκούφος
- Γάντια
- Επιπλέον ζευγάρι κάλτσες
- Γυαλιά ηλίου
- Αντηλιακό
- **1,5-2L νερό**
- Φαγητό και επιπλέον σνακ
- Φακός κεφαλής
- Κινητό + power bank
- Προσωπικά φάρμακα
- Σακούλα για τα σκουπίδια σας

Ιδιαίτερα σημαντικό: όσο μικραίνει η ημέρα, ο φακός κεφαλής γίνεται απαραίτητος, ακόμη και αν υπολογίζετε να επιστρέψετε πριν νυχτώσει.