



Zážitkový tábor v přírodě

👤 Pro děti od 8 do 15 let

Co s sebou?

Dokumenty

- ☐ Informace o užívaných lécích
- ☐ Podepsaný Zdravotní list
- ☐ Kopie kartičky zdravotní pojišťovny

Oblečení

- ☐ Spodní prádlo, ponožky
- ☐ Svetr nebo mikina (2×)
- ☐ Tričko s krátkým rukávem (3×)
- ☐ Tričko s dlouhým rukávem (2×)
- ☐ Tepláky nebo legíny (3×)
- ☐ Kraťasy (2×)
- ☐ Plavky
- ☐ Nepromokavá bunda
- ☐ Pláštěnka
- ☐ Kšiltovka nebo klobouček
- ☐ Pyžamo

Boty

- ☐ Pevné boty
- ☐ Holínky
- ☐ Sandále
- ☐ Přezůvky



Hygiena

- ☐ Mýdlo, šampon
- ☐ Hřeben
- ☐ Kartáček na zuby, pasta
- ☐ Papírové kapesníky (10×)
- ☐ Ručník, osuška
- ☐ Taška na špinavé prádlo

Výstroj pro jezdce

- ☐ Přilba (jezdecká nebo cyklistická)
- ☐ Bezpečnostní vesta (zapůjčíme)
- ☐ Jezdecké boty (pokud máte)

Další vybavení

- ☐ Spacák
- ☐ Plyšák nebo jiný mazlík
- ☐ Lahev na pití (aspoň 1l)
- ☐ Batůžek
- ☐ Baterka
- ☐ Knížka, karty nebo jiná zábava
- ☐ Psací potřeby
- ☐ Poznámkový blok
- ☐ Kapesné na pohled nebo suvenýr

Zdraví

- ☐ Pravidelně užívané léky
- ☐ Dávkovač na ruční dezinfekci
- ☐ Opalovací krém
- ☐ Repelent
- ☐ Elektrický odpuzovač komárů

Co raději nechat doma?

- ☐ Elektronika
- ☐ Značkové oblečení
- ☐ Šperky

Mobil dětem zamykáme do bezpečí, volat rodičům můžou vždy o poledním klidu.

Co určitě doma nezapomenout?

- ☐ Dobrou náladu!!