

Proljetno planinarenje

CHECKLIST



Odjeća / obuća

- | | |
|--|--|
| ☐ Kabanica / vodonepropusna jakna | ☐ Rukavice |
| ☐ Rezervna majica | ☐ Marama (buff i sl.) |
| ☐ Rezervne čarape | ☐ _____ |
| ☐ Down jakna | ☐ _____ |
| ☐ Kapa | ☐ _____ |
| ☐ Flis | |



Hrana / piće

- ☐ 2L tekućine
- ☐ Hrana
- ☐ Snackovi / slatkiši
- ☐ Energetske čokoladice
- ☐ Pribor za jelo
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____



Prva pomoć /higijena

- ☐ Set prve pomoći
- ☐ Astrofolija
- ☐ Maramice
- ☐ Krema za sunčanje
- ☐ Repelent u spreju
- ☐ Sunčane naočale
- ☐ Upaljač
- ☐ Zviždaljka
- ☐ Vrećica za smeće



Oprema

- ☐ Dereze
- ☐ Cepin
- ☐ Kacića
- ☐ Planinarski štapovi
- ☐ Naglavna svjetiljka
- ☐ Zamka (uže 6m)



Osobne stvari

- ☐ Osobna iskaznica
- ☐ Zdravstvena
- ☐ Novac
- ☐ Mobilni
- ☐ Powerbank
s odgovarajućim kabelom