



Cognome _____ Nome _____

EFFETTI PERSONALI

- Fotocopia del Tesserino Sanitario Nazionale
- **NO CELLULARE**
- Somma di denaro per eventuali esigenze personali euro 30
- Si consiglia di non portare oggetti di valore (no collanine e anelli)
- Gli indumenti sottolineati sono ritenuti necessari
- La seguente lista compilata degli indumenti contenuti in valigia
- Indicare il numero degli indumenti nella casella "ANDATA"

BIANCHERIA INTIMA

- Mutande
- Calzini e o /calze
- Calzettoni grossi da trekking
- Canottiere
- Pigiama o simili per la notte

ANDATA	RITORNO

ALTRI INDUMENTI

- Magliette
- Maglietta bianca per attività di pittura (max 2)
- Camicie
- Costume da bagno
- Pantaloncini corti
- Copricapo o cappelli
- Pantaloni lunghi
- Felpe
- K way o giacca a vento
- Tuta da ginnastica

ANDATA	RITORNO

BIANCHERIA

- Lenzuola
- Federe
- Asciugamani (consigliati n.2)
- Telo da mare (consigliati n. 2)
- Accappatoio
- Fazzoletti da naso (pacchetti almeno 3)
- Sacco a pelo

ANDATA	RITORNO



SCARPE	ANDATA	RITORNO
<u>Ciabatte in gomma</u>		
<u>Sandali</u>		
<u>Scarpe chiuse</u>		
<u>Scarpe da ginnastica</u>		
<u>Scarpe da camminata(con carrarmato)</u>		
EFFETTI PERSONALI	ANDATA	RITORNO
<u>Portasapone e saponetta</u>		
<u>Porta spazzolino e spazzolino da denti</u>		
<u>Dentifricio</u>		
<u>Shampoo</u>		
<u>Pettine o spazzola</u>		
<u>Profumo, deodorante</u>		
<u>Borsa o zainetto</u>		
<u>Borraccia</u>		
Macchina fotografica		
Porta biancheria sporca		
ALTRO	ANDATA	RITORNO
Crema protettiva		
Bracciali (per chi non sa nuotare)		
Torcia		