

# Doporučený seznam věcí na výpravy

## Věci na každou výpravu v každém ročním období

zápisník, tužka, uzlovačka, nůž, KPZ, šátek, peníze, papírové kapesníky, toaletní papír (kousek),

## Jednodenní výpravy (věci zabaleny do vhodně velkého batohu objem do 30l)

Jaro, léto, podzim	Zima (sníh, teploty kolem 0°C či méně)
jídlo na celý den	jídlo na celý den
pití na celý den (1,5l)	pití na celý den (1,5l)
pláštěnka	náhradní ponožky
náhradní ponožky	čepice, rukavice, šála
čepice	
(případně plavky + malý ručník)	
<b>Na sebe oblečení dle počasí</b>	<b>Na sebe teplé oblečení</b>
Zelené střediskové triko + šátek, kraťasy/kalhoty, větrovka, (mikina), tenisky/pohory	(рубрики) трико с длинными рукавами, шапка, бунда, затепленé kalhoty (případně dvě vrstvy kalhot - spodní kalhoty (legíny, funkční) + běžné kalhoty), pohory (či jiná vhodná nepromokavá pevná obuv)

## Víkendové výpravy (věci zabaleny do vhodně velkého batohu objem 40-60l)

Jaro, léto, podzim	Zima (sníh, teplota pod 0°C)	+ budova	+ venku
spacák (+vločka)	spacák (+vločka)	přezuvky	karimatka ešus
kraťasy	punčocháče (spodní kalhoty)		
kalhoty	kalhoty		
2 trička (dlouhý a krátký ruk.)	2 trika (dlouhý a krátký ruk.)		
pláštěnka	(pláštěnka)		
spodní prádlo, silné a slabé ponožky	spodní prádlo, silné a slabé ponožky		
(plavky)	(nátělník)		
mikina/svetr	teplá mikina/svetr		
čepice	nepromokavá bunda		
větrovka	čepice, šála, 2x rukavice		
věci na spaní	věci na spaní		
lžice	lžice		
Hygiena: kartáček + pasta, mýdlo, ručník	Hygiena: kartáček + pasta, mýdlo, ručník		
funkční baterka	funkční baterka		
léky	léky		
večeře na pátek	večeře na pátek		
pití	pití		
Pevná obuv	Pevná teplá obuv		

**Na sebe dle počasí či domluvy** střediskové triko + šátek nebo kroj

+ věci určené před výpravou na schůzce a případně ponechat místo na společné jídlo



**Vše co máš zabaleno, si  
poneseš na vlastních zádech.**

**Vždy se snaž mít vše  
uvnitř jednoho batohu**