



ΑΤΟΜΙΚΑ ΕΦΟΔΙΑ

Για τη διευκόλυνσή σας, επισυνάπτουμε τη λίστα με τα ατομικά εφόδια που θα χρειαστεί ο κάθε Πρόσκοπος κατά τη διήμερη δράση. Παρακαλούμε τα μέλη μας να έχουν **όλα τα απαραίτητα υλικά μέσα σε σακίδιο πλάτης**, καθώς, λόγω της φύσης της δράσης, θα πρέπει να τα μεταφέρουν **μαζί τους καθ' όλη τη διάρκεια της πορείας**. Το Επιτελείο βρίσκεται στη διάθεσή σας για οποιαδήποτε επιπρόσθετη πληροφορία ή διευκρίνιση.

Επισημαίνεται ότι τυχόν έλλειψη βασικού εξοπλισμού (σακίδιο, υπνόσακος, υπόστρωμα κ.ά.) ή δυσκολία κάλυψης του τιμήματος συμμετοχής, δεν πρέπει να αποτελέσουν ανασταλτικό παράγοντα για τη συμμετοχή του παιδιού σας. Σε τέτοιες περιπτώσεις, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον Αρχηγό Ομάδας ή Σύστηματος.

Υποχρεωτικός Εξοπλισμός:

Σακίδιο Πορείας:

- ◊ Κατάλληλο για την ηλικία και τον σωματότυπο του Προσκόπου (έως 60 λίτρα, ιδανικά μικρότερο – για να εφαρμόζεται σωστά στην πλάτη χωρίς να είναι υπερβολικά βαρύ).
- ◊ Το σακίδιο πρέπει να διαθέτει καλούς ιμάντες ώμου και ζώνη μέσης για σωστή στήριξη.
- ◊ Το συνολικό βάρος (σακίδιο + εξοπλισμός), δεν πρέπει να ξεπερνά το 15-20% του σωματικού βάρους.
- ◊ Για απορίες ή βοήθεια στην επιλογή, το Επιτελείο θα είναι διαθέσιμο πριν ή μετά τις επόμενες συγκενρώσεις. Εναλλακτικά μπορείτε να επικοινωνήσετε τηλεφωνικά με τον Αρχηγό Ομάδας.

Ένδυση - Υπόδυση:

- Στολή εργασίας/πορείας (να φορεθεί κατά την άφιξη)
 - Μακρύ παντελόνι τύπου cargo (όχι τζιν ή φόρμα)
 - Μποτάκια πεζοπορίας
 - Καπέλο για τον ήλιο
 - Μαντήλι
- **Αδιάβροχο τύπου πόντσο - ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ**
- Πλήρης Προσκοπική Στολή (θα φορεθεί την Κυριακή)
- Εσώρουχα (2-3 ζευγάρια κάλτσες – τουλάχιστον ένα ζεστό)
- Εφεδρικά ρούχα & έξτρα φανέλες
- Μακρυμάνικο πουλόβερ – Φούτερ και Μπουφάν
- Επιπλέον Σετ Παπούτσια

Είδη Ύπνου:

- Υπνόσακος (και προαιρετικά κουβέρτα)
- Υπόστρωμα

Είδη Φαγητού & Ποτού:

- Παγούρι
- Ποτήρι (όχι γυάλινο)
- Καραβάνα & Μαχαιροπίρουνα

Ατομικά Είδη:

- Φανάρι
- Γραφική ύλη
- Είδη προσωπικής υγιεινής (οδοντόβουρτσα, οδοντόκρεμα, πετσέτα προσώπου κλπ)
- Μωρομάντηλα (για το τέλος της Πορείας)

Προαιρετικά:

- Ατομικό Φαρμακείο
- Φωτογραφική μηχανή
- Οτιδήποτε άλλο θεωρείται χρήσιμο και δεν προσθέτει σημαντικό βάρος

Η χρήση κινητών τηλεφώνων απαγορεύεται αυστηρά στις δράσεις της Ομάδας. Συνιστούμε όπως τα μέλη **μην φέρουν κινητό τηλέφωνο**, ώστε να αποφευχθούν τυχόν απώλειες ή ζημιές. Για σκοπούς ασφαλείας κατά τη διάρκεια της πορείας, **κινητά τηλέφωνα θα φέρουν μόνο τα στελέχη**, μαζί με τους ενωμοτιακούς **ασυρμάτους**. Για οποιαδήποτε ανάγκη επικοινωνίας, μπορείτε να **απευθύνεστε στο Επιτελείο της Ομάδας**.

Σημαντική Σύσταση: Όλα τα εφόδια συνιστάται να είναι **τοποθετημένα σε σακούλες ή σακουλάκια εντός του σακιδίου**, ώστε να προστατεύονται από υγρασία ή πιθανή βροχή.