



INFORMAZIONI UTILI

COSA METTERE IN VALIGIA

Portare sempre con sé:

- Documento d'identità;
- Tessera sanitaria.

Per tutte le escursioni è necessario essere dotati di:

- zaino da escursionismo;
- scarponi da trekking (alti alla caviglia fortemente consigliati);
- giacca anti vento impermeabile;
- pile o maglione per proteggersi dal vento;
- pantaloni lunghi e/o corti da escursionismo;
- piumino leggero, cappello di lana e guanti leggeri;
- idoneo abbigliamento da trekking relativo alla stagione e alle quote che si raggiungono;
- contenitore per l'acqua di almeno un litro.

E' inoltre fortemente consigliato portare:

- cappello per il sole;
- crema solare;
- occhiali da sole;
- lampada frontale o torcia;
- bastoncini telescopici da trekking
- ghette per i sabbioni dell'Etna.

Per il mare si consiglia:

- costume da bagno;
- telo;
- sandali o infradito.