

# QUE M'ENDUC – TANDA GRANS

(2002-2003 SUPER-RUTA)

(2004-2005 RUTA)

(2006-2007 KAMPAS)

## ABANS DE MARXAR...

**Situació:** Can Bajona, Clariana de cardener (Lleida)

**Sortida:** 21 juliol a les 9:30h al pati de l'escola.

**Arribada:** 31 juliol a les 18h aprox. al pati de l'escola.

**Normativa:** NO es poden portar mòbils, mp3, menjar, xuxes, diners...

**Contacte:** Parròquia del Carme 93 735 75 74 o **boterut@gmail.com**

**Nota:** Cal venir esmorzats de casa i portar el dinar del primer dia en una motxilla petita a part. Que NO sigui un àpat en carmanyola preferiblement. A part d'aquest, no han de portar cap altre tipus de menjar o àpat.

A continuació hi ha totes aquelles coses que hi ha d'haver a la motxilla abans de pujar al autocar! Per fer-ho més entenedor, ho hem dividit en 2 llistes, però...

**HA D'ANAR TOT DINS DE LA MATEIXA MOTXILLA! UNA SOLA MOTXILLA PER INFANT,**  
**QUE SERÀ AMB LA QUE CAMINARAN EL DIA DE KAMPAS/RUTA**

### ..... **Que m'enduc?**

2 samarretes

2 pantalons curts

1 pantaló llarg

1 jersei gruixut

4 parells de mitjons

4 calces/calçotets

1 conjunt de roba de mudar

Sabatilles esportives

1 tovalló de roba

Sac de dormir (el de la ruta/Campas) o llençols

Tovallola de bany

2 samarretes BLANQUES (1 per embrutar, l'altre per pintar)

Sabó per rentar roba i pinces

Bossa per la roba bruta

Papers i sobres amb segells i adreces (optatiu)

### **NECESSER\***

Sabó

Xampú (amb efecte contra pols millor)

Raspall/pinta

Tovallola

Desodorant

Raspall i pasta de dents

Compreses/ tampons

Mocadors

Repel·lent de mosquits

Crema solar i aftersun

Compeed

Vaselina

*\*El necesser pot ser el mateix que tindran a la casa. Aconsellem però, que tinguin pots petits per endur-se de kampas/ruta i deixar els pots grans a la casa. Com més petit, més espai a la motxilla i menys pes.*

## **+ Per quan caminem**

Motxilla adequada per caminar:

-Mínim de 40 litres. (és el més recomanable)

-Ajustable a la cintura i pit.

-Ha d'estar en bon estat

Aïllant:

- No inflable

Carmanyola (Només Ruta)

Plat plàstic dur (Només Campas)

Coberts i got

Cangur i funda pluja per la motxilla o capalina

Sac de dormir:

- El més petit possible.

- Temperatura confort 15º aprox

- Proporcional l'alçada

Calçat per caminar:

-Número adequat, no gastades.

-Si son noves, fer-les servir abans

2 Cantimpleres de 1,5L

Lot frontal + piles posades

Gorra

Foulard (obligatori)

Ulleres de sol (optatiu)

4 samarretes de màniga curta:

-Que sigui còmoda

-NO tirants

-Recomanem que sigui transpirable

2 pantalons

-Que siguin d'esport

-Còmodes per caminar

4 calces/ calçotets

5 mitjons per caminar

-Que siguin d'esport

-Que no estiguin trencats ni desgastats

-Que la costura NO sigui molt gruixuda

-Recomanem que siguin més alts que el calçat

1 pantaló llarg

1 jersei

Pijama (optatiu)

Xancles / crocks

Banyador

Tovallola de piscina

Mocadors

Bossa roba bruta

Llibret de Campas/Ruta

Bolígraf (important)

Necesser

*\*Aconsellem marcar la roba amb el nom. Especialment, samarreta i foulard de l'Esplai*