



## Lista stvari - Treking Dolomiti, Italija

---

### Lista stvari, ki jih je priporočljivo vzeti s seboj na potovanje Italija: Dolomiti

Prtljago lahko spakirate v potovalko, s sabo pa nujno vzamite manjši nahrbtnik (30-40 litrski) za dnevne trekinge:

- veljavna osebna izkaznica
- keš v EUR
- zdravstvena polica za tujino
- treking čevlji (uhodite jih preden se odpravimo, da ne bo problemov z žulji)
- lahke superge ali čevlji za preobutev (lahko tudi Teve), japonke za pod tuš
- pohodniške hlače, kratke hlače, gore tex anorak, termo velur (flis)
- švic perilo z dolgimi in s kratkimi rokavi, 4 majčke s kratkimi rokavi
- nogavice (3 pare ojačanih pohodniških nogavic, 3 pare navadnih)
- spodnje perilo (4x)
- pohodne palice (če si navajen/a z njimi hodit)
- palerina
- mala svetilka za na glavo
- sončna očala
- kapa s šiltom in rutka (buff)
- brisača (priporočamo lahke popotniške brisače iz reciklirane plastike – dobiš jih v spletni trgovini [www.nommos.me](http://www.nommos.me)) in vlažilni robčki
- toaleta: milo, zobna ščetka, zobna pasta, krema za sončenje (visok faktor), krema za suhe ustnice (vazelin)
- medicinski paket: aspirin, tablete proti diareji, tablete proti zaprtju, vitaminski tableti, obliži, povoj, gaza, bivacin, tablete proti slabosti
- vitaminske tablete (železove, magnezij), isostar tablete
- knjiga, karte in še kaj, na kar smo morda pozabili in brez katerega ne moreš živeti

Pusti doma predsodke, slabo voljo, tečne partnerje, uhane, zlate ogrlice, dragocene ure, lepe čevljuje, hlače zlikane na rob in ostale nepomembne reči. Ne pozabi pa na kup dobre volje in jeklene živce!

ShaPPa