

Lista stvari - Kirgizija, Kazahstan in Uzbekistan

Lista stvari, ki jih je priporočljivo vzeti s seboj na potovanje v Kirgizijo, Kazahstan in Uzbekistan

Na notranjem letu je prostora za največ 15 kilogramov prtljage na osebo. Osebne prtljage je lahko največ 7 kilogramov. Zato skrbna priprava le najnujnejšega ni odveč. V pomoč vam podajamo listo potrebnih stvari, ki naj se znajdejo v vašem nahrbtniku. Za dnevne izletke je pametno imeti s seboj tudi mali nahrbtnik.

Vreme je nepredvidljivo, čeprav v tem letnem času najbolj stabilno. Temperature bodo čez dan okoli 20-30, ponoči pa okoli 5-15 stopinj.

Zlato pravilo: Spokamo za 3 dni, vmes v civilizaciji peremo, potem pa to nosimo en teden!

V nahrbtniku naj se znajdejo (nekaj od tega dajte tudi nase):

- nahrbtnik, potovalka ali kufr in en manjši nahrbtnik
- potni list z najmanj 6imi praznimi stranmi, ena zraven druge (veljaven vsaj še 6 mesecev od datuma izstopa iz zadnje države)
- s seboj imate EUR in USD
- zdravstvena polica za tujino, ki mora veljati tudi za pohodništvo za nadmorsko višino nad 3.000 m
- čelado (jahaško, kolesarsko ali kajakaško; za tiste, ki boste jahali, jo priporočamo)
- pohodne palice, kdor je navajen hoditi z njimi, čeprav nas na potovanjih ne čakajo zahtevni trekingi ampak le nekaj daljših sprehodov
- kake izotonične napitke (tablete, prah), kot so Isostar in podobno (lahko tudi Cedevita)
- topla spolna vreča, mala svetilka za na glavo, sončna očala
- treking čevlji (uhodite jih preden se odpravimo, da ne bo problemov z žulji)
- lahke superge ali čevlji za preobutev (lahko tudi Teve)
- pohodniške hlače, gore tex jakna ali podobno, termo velur (flis), dolge spodnje gate ali debele žabe (punce lahko tudi najlonke)
- 1 x puli ali lahek pullover (lahko tudi bombažni), 2 x bombažna majica z dolgimi rokavi
- švic perilo z dolgimi in s kratkimi rokavi, 8 majčk s kratkimi rokavi
- kapa in rokavice
- kolesarske hlače, če jih imaš, za jahanje (ni nujno, pomaga pa lahko malo)
- nogavice (1 par ojačanih pohodniških nogavic, 4 pare navadnih)
- spodnje perilo (8x) in kratke hlače
- kopalke
- brisača (priporočamo lahke popotniške brisače iz reciklirane plastike – dobiš jih v spletni trgovini www.nommos.me) in vlažilni robčki
- toaleta: milo, zobna ščetka, zobna pasta, krema za sončenje (visok faktor), krema za suhe ustnice (vazelin)
- medicinski paket (razdeliti na dve osebi): spitaderm sprej ali podobno za razkuževanje rok, antibiotiki s ciproflaxycilinom (dobro za trebušne težave), aspirin, tablete proti diareji (linex), proti zaprtju, vitaminski in železovi tableti, obliži, povoj, gaza, bivacin, tablete proti slabosti

- knjiga, karte, telefon (dela, ko je signal, pride prav za wi-fi, ko smo v sobah)
- 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