

# CÍES CAMP

## QUE PRECISO LEVAR?

### **ROUPA**

Roupa cómoda, calzado deportivo, roupa axeitada segundo a temperatura e condicións climatolóxicas, pixama.

### **PARA A PRAIA**

Traxe de baño, chancletas e toalla de praia.

### **PROTECCIÓN PARA O SOL**

Crema solar (adaptada ás necesidades de cada participante) / gorra ou gorro.

### **NECESER DE ASEO PERSOAL E TOALLA.**

Xampú, xel e toalla de aseo.

### **OUTROS IMPORTANTE**

Comida tipo pícnic do primeiro día, saco de durmir, lanterna, mochila pequena (para levar o imprescindible a cada actividade)

### **OUTROS OPCIONAIS**

Chuvasqueiro ou cortaventos (se se prevé chuvia) / barriñas enerxéticas ou similar para la merenda.

## QUE FACILITA A EMPRESA?

### **ALOXAMIENTO**

Tenda de campaña equipada con somier e colchón.

Roupa de cama: Sabas (funda de almofada e cubrecama) e almofada.

### **MATERIAL NECESARIO PARA REALIZAR AS ACTIVIDADES**