VERTICE

You deserve to live it / ***Mereces vivirlo***

RECOMENDACIONES DE VESTUARIO PARA LOS CIRCUITOS DE TREKKING

Para el trekking:

- Mochila de entre 35 y 50 litros (para llevar tus artículos personales).
- Botas de Trekking resistentes al agua (recomendamos caña alta para evitar lesiones de tobillo).
- Chaqueta y pantalones impermeables (el algodón o la lana no secan rápido ni te mantienen el calor durante días activos).
- Chaqueta de polar o similar.
- Gorro de polar o lana, idealmente que cubra las orejas.
- Chaqueta de plumas para mantener el calor. Ideal cuando no hay precipitaciones.
- Buff o bandana.
- Minicrampones.
- Bastones de trekking.
- Pantalones de trekking.
- Calcetines de trekking.
- Botiquín pequeño de primeros auxilios.
- Guantes.
- Anteojos de sol.
- Jockey o visera para el sol.
- Crema con protección solar, sobre protección SPF30+.
- Protección labial con filtro solar.
- Botella de agua (idealmente 750cc o 1 lt). *El agua de los ríos y arroyos es bebestible, siempre que se encuentren lejos de los sitios de camping, por lo que no es necesario hervirla, filtrarla o clorarla.

Sistema técnico de capas:

- 1ª capa: Camisetas y ropa interior térmica.
- 2ª capa: Forro polar.
- 3ª capa: Chaqueta de plumas.
- 4ª capa: Chaqueta y pantalones impermeables.

Para las tardes en los campings/refugios:

- Una muda de ropa para estar en los campings/refugios después del día de caminata.
- Sandalias o similar para las duchas y para estar dentro de los refugios.
- Muda de calcetines/ropa interior.
- Artículos de aseo personal.
- Candado para los casilleros en los refugios.
- Toalla de viaje (de secado rápido).
- Linterna frontal (de uso en la cabeza) con pilas de recambio.

¡CONOCE LA RUTA Y TAMBIÉN TU UBICACIÓN!

Obtén tu mapa georreferenciado escaneando el QR.