

SEZNAM VĚCÍ NA KURZ

- oblečení dle počasí (drahé značkové oblečení nechej raději doma)
- oblečení, které si můžeš poničit (např. staré tepláky a tričko)
- nepromokavou bundu nebo pláštěnku
- pevnou a sportovní obuv
- sandále
- šátek
- baterku (nebo čelovku)
- hygienické potřeby
- repelent
- ručník
- kartičku zdravotní pojišťovny
- potvrzení o bezinfekčnosti (předáš nám ho při odjezdu)
- osobní léky, pokud nějaké bereš
- čokoládu (minimálně 100g)

Určitě si sebou neber alkohol, tabákové výrobky (včetně vodních dýmek) nebo jiné drogy. Dále si s sebou neber hodnotné věci, které nutně nepotřebuješ - foťáky, kamery, mp3 přehrávače, discmany, notebooky atd. Mohlo by dojít k jejich poškození nebo ztrátě.

Své věci si sbal do batohu (aby se ti dobře nesl i na delší vzdálenost), nikoli do kufru.