

Checklist de equipamentos

Observação de Baleias e Cachoeiras · 3 dias · Ilhabela, São Paulo

Essa lista foi montada especificamente pra esse roteiro, não é uma lista genérica de trekking. Marque os itens conforme for separando a mala. Itens marcados como "opcional" não são obrigatórios, mas ajudam bastante.

BAGAGEM

- ☐ Mochila dayhike
- ☐ Kid Carrier (mochila para crianças) ou canguru ergonômico para bebês

OBSERVAÇÃO

- ☐ Binóculos
- ☐ Óculos escuros
- ☐ Chapéu ou boné

HIDRATAÇÃO E TRILHA

- ☐ Cantil ou garrafa reutilizável
- ☐ Bastão de caminhada (recomendável para quem for carregar criança)

CALÇADOS

- ☐ Tênis ou bota de caminhada
- ☐ Calçado pós trilha

PROTEÇÃO

- ☐ Repelente
- ☐ Protetor solar

ROUPAS

- ☐ Roupas de trilha

SAÚDE E HIGIENE

- ☐ Remédios de uso pessoal
- ☐ Itens de higiene pessoal