

Checklist de equipamentos

P.N. Serra da Capivara e das Confusões · 7 dias · Piauí, Brasil

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 pequena para as caminhadas
- ☐ Carregador ergonômico (canguru ou Kid Carrier)

PROTEÇÃO

- ☐ Boné ou chapéu
- ☐ Protetor solar e repelente
- ☐ Óculos de sol

ROUPAS E CALÇADOS

- ☐ Roupas frescas
- ☐ Tênis ou bota de caminhada

HIDRATAÇÃO

- ☐ Cantil

SAÚDE E HIGIENE

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