

Trekking estivi in tenda

Materiali necessari e/o consigliati

Per i trekking itineranti in tenda non sono necessarie particolari attrezzature e/o materiali, ma alcune cose individuali devono essere rese obbligatorie per la sicurezza e il confort personale. Qui di seguito una breve lista delle cose che ritengo indispensabili per poter affrontare un bivacco in tenda in totale sicurezza.

Attrezzatura e abbigliamento individuale obbligatoria:

- Sacco a pelo – può essere anche un sacco non particolarmente pesante dato che le temperature non dovrebbero andare mai al di sotto dello zero.
- Materassino / Stuoia in poliuretano a cellule chiuse per garantire un buon isolamento dal terreno
- Mantella impermeabile per pioggia
- Bastoncini, utili soprattutto su terreni accidentati
- Giacca a vento normale, non imbottita
- Pile, Berretto,
- Borraccia da litro, meglio due unità
- Un pentolino per preparare the o minestre o altro
- Posate
- Pila frontale completa di batterie di ricambio
- Articoli igienici e medicinali
- Zaino, deve essere non esageratamente grande, ma deve poter contenere il necessario, credo un 50 litri possa essere sufficiente, magari con possibilità di avere cinghie per fissare materassino o tenda.

Attrezzatura comune obbligatoria:

- Tenda – una ogni due persone
- Fornello – uno ogni due persone
- Bombola di ricambio per fornello
- Qualche metro di cordino per tende Diam. 3 mm.
- Cartina topografica, almeno una cartacea per tutto il gruppo

Attrezzatura consigliata individuale e non:

- Capi di ricambio, magliette calze ecc. ecc.
- Power Bank per ricarica cellulari
- Fotocamera

Cibo e bevande:

Ognuno a seconda delle proprie esigenze deciderà cosa portare, tuttavia si consiglia di avere al seguito alcune cose, in particolare:

- The
- Bustine di zucchero
- Barrette energetiche
- Qualche minestra da preparare alla sera,
- Salumi, meglio se da affettare al momento, vedi salamini.
- Crackers al posto del pane
- Fette biscottate per colazione
- Miele, marmellate ecc. ecc.

A disposizione per ogni eventuale chiarimento qualora necessario