

Pred odhodom **PREVERI**

Preden se odpravimo na pot, preverimo, ali imamo s seboj vse najpomembnejše. Nekje na vidnem mestu pustite ta izpolnjen seznam. V primeru nesreče vas lahko pomaga rešiti.

Datum

Cilj poti

S kom grem

Predviden povratek



Osnovna varnostna oprema

- ☐ mobilni telefon s polno baterijo
- ☐ osebni komplet prve pomoči
- ☐ čelna svetilka in rezervne baterije
- ☐ alu-folija ali bivač vreča
- ☐ zemljevid, aplikacija ali opis poti
- ☐ osebni dokument in nekaj gotovine



Za spremembe vremena

- ☐ lahka nepremočljiva jakna ali vetrovka
- ☐ rezervna majica
- ☐ tanjša jopa ali flis
- ☐ vodoodporna vrečka za telefon, dnevnik in dokumente
- ☐ načrt B za primer poslabšanja vremena



Za vroče in sončne dni

- ☐ dovolj vode ali izotoničnega napitka
- ☐ pokrivalo za glavo
- ☐ sončna krema in sončna očala
- ☐ lahka, zračna oblačila
- ☐ malica in nekaj energijske rezerve



Za lepe spomine

- ☐ planinski dnevnik Zapisi z gora
- ☐ blazinica za žige
- ☐ pisalo ali svinčnik
- ☐ fotoaparati ali telefon za fotografije
- ☐ daljnogled za opazovanje ptic in živali



Za udobje na poti

- ☐ udobna obutev z dobrim podplatom
- ☐ rezervne nogavice
- ☐ čelada in varovalni komplet
- ☐ kapa in rokavice
- ☐ pohodne palice

Preden zapremo nahrbtnik

- ☐ preverimo vremensko napoved
- ☐ komu povemo, kam gremo
- ☐ ocenimo dolžino in zahtevnost poti

OPOMBE / POSEBNOSTI POTI

Vsebino nahrbtnika vedno prilagodimo zahtevnosti poti, vremenu, trajanju izleta ter svojim sposobnostim in potrebam.