



Co si vzít sebou na putování?

Boty

Důležité jsou vhodné boty, protože většinou putujeme mnoho hodin. Když je teplo, stačí boty lehké (*běžecské či sandály*), když je počasí horší, je lepší zvolit nepromokavou obuv (*pohory*). Doporučuji si pro jistotu vzít i několik náplastí (*ideální jsou třeba náplastí [Compeed](#)*). Kdo příliš neputujete, nezapomeňte si před putováním ostříhat nehty na nohou a ti zkušenější si mohou chodidla promazat indulonou.

Batoh a věci

Batoh si vezměte co nejlehčí. Použijte svůj rozum a neberte si sebou zbytečné věci. V zimě si vezměte více vrstev, které můžete případně odkládat. Vždycky je dobré si sebou vzít pláštěnku.

Proviant

Vezměte si dostatek vody (1-2litry), když je zima, tak termosku s čajem. Obědovou svačinu pro sebe a pro mě.

Nocování

Pokud jdeme na víc dní - a budeme spát v přírodě, tak si vezměte spacák a karimatku. Jednoduchý přístřešek proti dešti ([tarp](#)) vezmu já, můžete si ale vzít i svůj vlastní. Nezapomeňte si čelovku, kartáček na zuby, toaletní papír / vlhčené ubrousky.

Obecně

Pro více informací se podívejte třeba na webové stránky UTVS CVUT "[Příprava na výlet/túru – vybavení](#)".