

**Spis przykładowych rzeczy podstawowego wyposażenia na obozie
szkoleniowo-wypoczynkowym MDP**
(zalecane, ale niekonieczne)

Bielizna (dostateczna ilość)

Kąpielówki

2 koszule z długim rękawem

4 bluzki z krótkim rękawem

1 piżama albo coś do spania

1 nakrycie głowy

1 obuwiu na wycieczki w góry

1 tenisówki

1 obuwiu domowe

1 peleryna lub kórtka przeciwdeszczowa

2 szorty

1 dres (spodnie sportowe)

1 wiatrówka

2 ręczniki

1 ręcznik kąpielowy

Mydło toaletowe, pasta do zębów, szczoteczka do zębów, szczotka do włosów,
szampon do włosów, gąbka do mycia

Krem do opalania, okulary przeciwsłoneczne

chusteczki higieniczne, skarpetki

notatnik, długopis do pisania

1 mały plecak na wycieczki,

kieszonkowe