



### **PESTAÑA MATERIAL LAS 10 CIMAS MÁS ALTAS DE ESPAÑA**

- Mochila capacidad 40 litros y mochila capacidad 30 litros; ambas con capacidad para 2 litros de agua con funda protectora de lluvia
- Bolsas estancas (diferentes tamaños)
- Botas de caña alta y zapatillas de montaña
- Bañador, toalla y chanclas
- Saco sábana para refugio
- Manta de supervivencia
- Chaqueta impermeable gore-tex
- 1 camiseta térmica manga larga
- 2 camisetas manga corta
- Chaqueta micro polar
- Chaqueta plumas ó fibra
- Mallas largas térmicas
- Pantalón impermeable gore-tex
- Pantalón largo y corto de montaña
- 3 pares de calcetines y ropa interior
- Gorra, buff, gafas, gorro y guantes térmicos
- Bastones de trekking
- Frontal + pilas de repuesto
- Protección solar y protector solar labial
- Botiquín primeros auxilios + neceser personal
- Teléfono móvil + batería externa

### **MATERIAL A DETERMINAR SEGÚN ACTIVIDAD**

- Saco de dormir (confort -5º / limit -12º / extreme -32º)
- Funda vivac y colchoneta aislante
- Arnés y casco
- 1 mosquetón de seguridad HMS
- 1 disipador para vía ferrata
- 1 anillo cosido dyneema de 120 cm
- Navaja, cuchara y tenedor
- Cacillo de 400 ml acero inoxidable
- Cartucho y hornillo de gas + encendedor