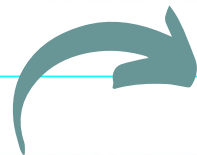


VALIGIA

- valigia in stiva da massimo 20 kg
- bagaglio a mano da massimo 7 kg



Valigia da imbarcare.



Bagaglio a mano: dimensioni

50 x 36 x 23 cm



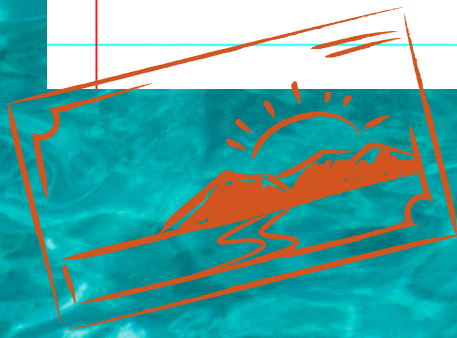
PERSONAL ITEMS

- Crema solare 50 e doposole (meglio se ecologici)
- Trousse bagno completa del necessario (spazzolino, dentifricio, deodorante ecc.)
- Occhiali da sole & Cappello da sole
- Salviette detergenti biodegradabili
- Disinfettante per le mani
- Fazzoletti
- Telo mare
- Custodia waterproof per cellulare
- Dry bag (borsa stagna) una a testa da 10/15 lt
- Pinne, boccaglio, maschera, scarpette scoglio
- Repellente insetti TROPICAL (Minimo 50% di deet)
- Borraccia



MEDICINALI

- antibiotico largo spettro
- paracetamolo
- crema per eritemi e punture di insetto
- imodium
- disinfettante intestinale (es Bimixin)
- cerotti e medicinali di primo soccorso
- disinfettante cutaneo
- iridium (garze sterili oculari)
- medicinali personali
- fermenti lattici (iniziare a prenderli una settimana prima della partenza)
- crema per la puntura delle meduse



ELETRONICA

- macchina fotografica / gopro
- telefono
- caricatori
- adattatore universale
- cuffie per la musica
- power bank (minimo uno a testa)
- chiavetta per togliere la sim
- torcia elettrica (meglio da testa)



DOCUMENTI

- Libretto vaccinazioni in lingua inglese (non obbligatorio ma consigliato) da scaricare dal sito della regione toscana
- carta d'identità e passaporto
- fotocopia dei documenti
- voucher e documentazione consegnata da CGTRAVEL
- patente di guida italiana
- carte di credito e debito
- contanti (da cambiare in valuta locale solo in caso di necessità)

ABBIGLIAMENTO

- pigiama e biancheria intima
- calzini
- sandali / infradito
- pantaloni corti
- costume da bagno e pareo (almeno 5/6)
- felpa in cotone
- magliette a manica corta / canotte
- cappello
- scarpe comode ginniche

Prediligere le fibre naturali traspiranti.

In volo e all'interno di centri commerciali, musei ecc l'area condizionata è a temperature molto basse.