

TRAVEL CHECKLIST

CO SPAKOWAĆ W PODRÓŻ

PASZPORT I UBEZPIECZENIE

UBRANIA- ZASADA 4:3:2:1

- ☐ 4 koszulki
- ☐ 3 pary spodni (np. lniane, dresowe, krótkie)
- ☐ 2 elementy odzieży wierzchniej (np. bluza, kurtka przeciwdeszczowa)
- ☐ 2 pary butów (np. japonki i trekkingowe)
- ☐ 1 strój kąpielowy
- ☐ 1 piżama
- ☐ Bielizna
- ☐ Czapka z daszkiem lub kapelusz

HIGIENA

- ☐ Antyperspirant
- ☐ Szczotka + pasta do zębów
- ☐ Szampon / żel pod prysznic
- ☐ Szczotka do włosów (dla kobiet)
- ☐ Krem do twarzy
- ☐ Krem z filtrem SPF 50+ (obowiązkowo!)
- ☐ Balsam po opalaniu (np. z aloesem)

DODATKI HIGIENICZNE

- ☐ Ręcznik z mikrofibry – szybkoschnący i lekki
- ☐ Spray antybakteryjny (np. medisept)

RÓŻNE

- ☐ Opaska na oczy
- ☐ Kopie dokumentów: paszport, bilety, ubezpieczenie
- ☐ Składana torba na brudne ubrania
- ☐ Saszetka / nerka na dokumenty i telefon (np. Pacsafe, Uniqlo Shoulder Bag)
- ☐ Przewodnik Skip Travel – nasza książeczka z najważniejszymi informacjami, miejscami i wskazówkami od lokalnych ekspertów

APTECZKA

- ☐ Leki przeciwbólowe
- ☐ Coś na biegunkę + elektrolity
- ☐ Środek na komary
- ☐ Plastry i mały opatrunek
- ☐ Twoje leki, jeśli przyjmujesz na stałe

ELEKTRONIKA

- ☐ Telefon + ładowarka
- ☐ Powerbank (min. 5 000 mAh)
- ☐ Słuchawki
- ☐ Uniwersalna przejściówka do kontaktu*
- ☐ Aparat lub kamerę*:

NAZWA SPRZĘTU

- Etui
- Baterie
- Karty pamięci
- Obudowę (np wodoodporną)
- Monopod / tripod / statyw