



**AsierPerez**  
Mountain Guide

## Lista de Material - **Trekking**

Este es el material individual que debes llevar para cualquier actividad de Trekking y ascensiones de un día de duración:

- > Botas o zapatillas de montaña
- > Ropa adecuada para la época y meteorología del momento
- > Chaqueta impermeable
- > Gafas de sol
- > Crema protección solar y protector de labios
- > Bisera
- > Mochila mediana 20/30 litros
- > Agua y comida energética para la jornada
- > Bastones (opcional)

\*\* Para actividades de más de un día, al hacer la reserva nos pondremos en contacto para detallarle el material extra necesario.