



**EKWIPUNEK TURYSTYKA GÓRSKA / ROWEROWA**  
**Klubu Turystyki Kwalifikowanej**  
**SPORT TRAVEL CLUB**

Lp.		Lato	Zima
1	Plecak	x	x
2	Dokument identyfikacyjny ze zdjęciem	x	x
3	Ubranie przeciwdeszczowe i wiatrochronne	x	x
4	Zapasowa ciepła odzież	x	x
5	Czapka lub inne nakrycie głowy (lato/przeciwudarowe, zima/termoizolacyjne)	x	x
6	Obuwie pełne, za kostkę – góry, sportowe, twarda podeszwa - rowery	x	x
7	Latarka z zapasowymi bateriami	x	x
8	Wysokoenergetyczne jedzenie (słodycze, orzeszki)	x	x
9	Worki foliowe (ochrona rzeczy przed zamoknięciem, przechowanie śmieci)	x	x
10	Zimne napoje	x	
11	Termos z ciepłymi napojami		x
12	Rękawiczki		x
13	Rowerowy zestaw naprawczy + dętka x 2, pompka – rajdy rowerowe	x	x
14	Kask rowerowy – rajdy rowerowe	x	x