

LISTADO DE ARTÍCULOS PARA INCLUIR EN LA MOCHILA

Chancas	Documento de identidad, tarjeta sanitaria y tarjeta de crédito
Botas o tenis para caminar	Papel higiénico y pañuelos desechables
Pantalones	Cantimplora
Pijama	Mechero
Linterna	Detergente
Tapones para los oídos	Crema solar
Camisetas	Menaje de cocina (tenedor, cuchillo, cuchara)
Sudadera	Navaja
Saco de dormir	Toalla
Almohada	Bañador
Cargadores	Esponja
Gafas de sol	Botiquín de primeros auxilios (tiritas, material de curación, analgésicos, antiinflamatorios, etc.)
Sombrero, visera o gorra	Paraguas
Chubasquero (capa de lluvia)	Artículos de higiene personal (champú, jabón, desodorante, pasta de dientes, etc.)
Tijeras, pinzas para depilar, cortauñas	Enchufe multicontacto
Auriculares	Guantes
Linterna	Libros y guías de viaje
Calcetines	Foulard o manga de cuello
Protector impermeable de mochila	Bastones para caminar
Teléfono móvil	Bolsa de compras
Bolsas organizadoras	Antifaz
Ropa interior	Costurero de viaje (aguja, hilo, imperdible, etc.)
Crema antiinflamatoria (Voltarén o similar)	Tablet u ordenador portátil