

Nie sú potrebné nové ani značkové veci, ale skôr pohodlné a funkčné.

Ak si nebalíš veci sám, buď aspoň prítomný pri balení, aby si mal prehľad, čo kde máš.

## Povinná výbava - tieto veci si pripravte na kontrolu (asentírku) pri príchode:

- nepremokavé, dobre impregnované, pevné vyššie (kotníkové) topánky (tzv. outdoorová /trekingová obuv); ak to budú kožené vojenské „kanady“, nech sú tebou vychodené, odskúšané na dlhších trasách
- bežeckú športovú obuv (tenisky)
- staršie tenisky na vstup do vody (môžu byť aj také, z ktorých si už vyrástol, no hodinu v nich vydržíš)
- prezuvky, ktoré sú vhodné aj do sprchy (bezpečné plastové šľapky a pod.)
- príšplášť alebo nepremokavé pončo
- dlhé maskáčové nohavice
- dvojce nohavíc na šport, nie obopínajúce elastické nohavice (môžu byť aj teplákové, aj šušťákové a jedny z nich celkom staré - na vstup do vody)
- opasok
- dvojce krátke nohavice, z toho jedny do vody (tzv. bermudy / šortky, nie plavky)
- malý rucksak (odporúčaný objem od 15 do 25 litrov, budeš ho nosiť stále so sebou)
- 1 litrovú fľašu na nápoje (budeš ju nosiť stále so sebou), alternatívne dve 5 dcl fľaše
- baterku s nabitými batériami (ak používaš nabíjacie batérie, aj s nabíjačkou - nepovinná)
- 4 tričká s krátkym rukávom (odporúčame v hnedých, zelených alebo maskáčových farbách), nie tielka na ramienka a tielka bez rukávov
- teplú mikinu
- tenkú vetrovku
- 4 kusy spodného prádla
- pyžamu
- 3 páry tenších a 4 páry hrubších ponožiek (ideálne tzv. funkčné)
- šiltovku (odporúčame v prírodných odtieňoch)
- veteráni (len vyšší dôstojníci a generáli) - baret s našitým logom East Pointu z posledného pobytu
- slnečné okuliare
- 2 uteráky
- mydlo, šampón na vlasy
- ochranný krém na opaľovanie
- zubnú kefku a pastu
- vreckový nožik so zatváracou čepeľou (bezpečnosť!); Ak si náhodou alebo úmyselne donesieš nôž s otvorenou čepeľou, budeš ho dostávať len na časť výcviku, kedy bude nevyhnutne potrebný!!!
- repelent proti bodavému hmyzu a kliešťom
- knihu alebo časopis na čítanie (na krátke chvíle voľna)

Účastník **môže mať** so sebou aj po viac vecí na oblečenie a obutie, avšak nesmie ich mať menej.

**V žiadnom prípade nesmie mať** dva mobily, dva nožíky, akékoľvek peniaze, elektroniku a iné predmety, o ktorých budeš poučený na úvodnej inštrukčii => **vážne porušenie Táborového poriadku**

Kompletné vrchné ochranné maskáčové oblečenie na paintball a tvárovú masku (aj airsoftovú) dostaneš od nás.

## Nepovinná výbava a odporúčania (na základe viacročných skúseností – nepodlieha kontrole):

- hygienické a kozmetické potreby, bez ktorých sa nezaobídeš
- náplast' na otlaky (ak ich občas dostávaš)
- lacné náramkové hodinky (na prehľad o čase; ak ich nebudeš mať, budeš sa riadiť táborovými hodinami)
- funkčné termoprádlo (najmä tričko; zide sa nielen veteránom na nočnej taktike)
- záložná obuv (pre prípad zhoršeného počasia - akýkoľvek materiál a farba)
- zakázané sú energetické nápoje, neodporúčame doplnkové potraviny a cukrovinky (bagety, koláče, keksy, chipsy,...)

## Rodičia (účastníci prichádzajúci vlakom) si pripravia na odovzdanie na Štábe (jedáleň v budove):

- fotokópiu preukazu poistenca alebo jeho originál
- Vyhlasenie rodiča - najviac 1 deň staré (tlačivo je prílohou Informácií k nástupu, prípadne z web-stránky tábora - sekcia „Prihláška“)
- nepovinne, len ak sa nazdávate, že by mohlo byť pre Vaše dieťa alebo personál tábora prínosné - Potvrdenie lekára o zdravotnej spôsobilosti (na akomkoľvek tlačive od Vášho lekára – pediatra alebo špecialistu)
- mobil (nie je povinný), označený viditeľnou menovkou (na samolepke) s vypnutým alarmom /budíkom a následne VYPNUTÝ / OFF
- **šesť 1 € mincí** (ako vreckové účastníka do táborového bufetu). Bude vyplatené na dvakrát: 3 € + 3 €
- lieky, ktoré Vaše dieťa pravidelne alebo v určitých situáciách bežne užíva (tlmenie alergií, ...). Prosíme ich odovzdať zdravotníčke, najvhodnejšie v obálke alebo sáčku opatrenom menovkou a uvedeným dávkovaním na obale lieku aj vo Vyhlasení rodiča
- špeciálne potraviny, ktoré Vaše dieťa musí v rámci diét konzumovať (bezlepkové, dia a pod.)
- **ak sa Vaše dieťa vracia vlakom: spiatočný lístok na vlak alebo peniaze na jeho zakúpenie (v obálke s menom dieťaťa)**