



PAANa

PRIMEROS AUXILIOS PARA ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

LISTADO EQUIPO PARA ALUMNOS

Ropa adecuada para el cursado dentro del aula: Prendas y calzado cómodo y liviano para usar en salón (zapatillas, crocs, sandalias, etc). Tener en cuenta que algunos salones/aulas pueden no contar con calefacción.

Ropa adecuada para las prácticas en terreno: Las prácticas no se suspenden por mal tiempo. Puede ser necesario contar con equipo para días soleados y calurosos o días lluviosos y fríos. Tener en cuenta la zona geográfica y la época del año.

Vestimenta (Recomendada)

- Gorro de sol
- Gorro de abrigo
- Buff (abrigo de cuello)
- Anteojos de sol
- remeras (polera) de manga corta
- Interior térmico sintético de manga larga
- Abrigo tipo polar, primaloft ó duvet
- Campera impermeable/cortaviento (con capucha)
- Guantes de abrigo
- Short/bermuda
- Pantalón de trekking
- Pantalón interior sintético o calza
- Cubre pantalón impermeable/cortaviento
- Zapatillas o botas de trekking
- Termo de acero
- Botiquín personal
- Toalla y elementos de higiene personal

EQUIPO DE PRÁCTICAS (Obligatorio)

- Este material será utilizado en las prácticas en el terreno.
- Bolsa de dormir (de cualquier tipo)
- Colchoneta aislante (no inflable)
- Mochila pequeña
- Casco (de cualquier actividad, escalada, ciclismo, rafting, obra, etc)
- Botella para 1lt de agua
- Un par de guantes de goma (de lavar los platos o similar de goma gruesa)

VARIOS

- Lápiz y birome (lápiz mina y tinta)
- Crema/protector solar
- Anotador o cuaderno