

## Niezbędnik uczestnika

### ODZIEŻ (TRENINGI)

- ✓ 3 komplety stroju sportowego (koszulki, spodenki, getry – obóz piłkarski)
- ✓ dres x2, bluza z długim rękawem x3,
- ✓ obuwie sportowe (z płaską podeszwą) na halę
- ✓ korki lub turfy na sztuczne boisko (w przypadku obozów piłkarskich)
- ✓ odzież termiczna

Mile widziane: ochraniacze, rękawice bramkarskie oraz strój Akademii Piłkarskiej Reissa. Sprzęt techniczny zapewnia organizator. Większość z podanych rzeczy można nabyć poprzez sklep internetowy <http://footballpro.pl/>.

### Inne

- ciepłą odzież zimową, w tym nieprzemakalną kurtkę zimową z kapturem przystosowaną do warunków górskich, ciepły sweter i zapasowe skarpetki (trzymamy w torbie podręcznej na zmianę). Polecamy zabrać okulary przeciwsłoneczne dla ochrony przed promieniowaniem słonecznym odbitym od śniegu.
- wygodne buty przystosowane do chodzenia po górach (najlepiej z podeszwą trekkingową)
- nieprzemakalne rękawiczki (najlepiej 2 pary na zmianę), czapkę, szalik
- ręcznik, żel pod prysznic, szampon, szczoteczka i pasta do zębów,
- podręczna torba (plecak),
- legitymacja szkolna,
- bielizna, odzież, buty na zmianę,
- strój kąpielowy, okulary, czepek, ręcznik na basen (w przypadku obozów pływackich)
- [dobry humor](#) 😊