



## ¿Qué debo traer?

Al empacar para su viaje, vayan revisando esta lista. ¡Su seguridad y comodidad dependen de ello! Verifiquen con el coordinador de su grupo para conocer los lugares específicos que visitarán.

Verifiquen con su maestro líder las condiciones actuales de nieve. A veces, es posible que haya una capa gruesa de nieve ya desde septiembre y ya entrada la primavera en mayo. [Siempre verifiquen las condiciones climáticas y de nieve](#) en el Parque Nacional de Yosemite antes de empacar.

### Vestimenta

- Chamarra impermeable con capucha: gore-tex o nailon recubierto, no vinilo plástico.
- 3 o 4 pares de calcetines de lana o sintéticos, no de algodón.
- Ropa interior y sostenes deportivos.
- Ropa interior superior e inferior larga: seda, lana o tela sintética, no de algodón.
- 2 camisetas: una para senderismo; otra para el campamento.
- 1 gorro abrigador, 1 gorra ligera con visera.
- Paliacate para los almuerzos durante las caminatas.

### Marzo-octubre/sin nieve

- Botas para senderismo o zapatos deportivos de uso rudo (ahormados).
- 1 o 2 chamarras de polar, suéteres de lana o chamarras de plumón.
- 1 par de pantalones cortos: Pueden ser de pantalones para senderismo convertibles.
- 1 par de pantalones: pantalones de secado rápido para senderismo, no de algodón.
- 1 par de pantalones impermeables: gore-tex o nailon recubierto, no vinilo plástico.
- 1 par de guantes o mitones.

### Noviembre-febrero/con nieve

- Botas de invierno: ahormadas, impermeables, con forro aislante removible y que permitan usar calcetines gruesos. Las botas para senderismo impermeables funcionan, pero no son tan abrigadoras.
- Polainas: De preferencia a la rodilla, más que al tobillo.
- Botines: De plumón o polar para mantener los pies abrigados y secos en el campamento.
- 2 suéteres de polar o lana.
- 1 par de pantalones de polar o lana, no de algodón.
- 1 par de pantalones impermeables o para nieve: gore-tex o nailon recubierto, no vinilo plástico. Los pantalones para nieve con aislante y a prueba de agua funcionarán en lugar de los pantalones impermeables, pero dificultan regular la temperatura.
- 2 pares de mitones (más abrigadores que los guantes). Un par deberá tener una capa exterior impermeable para usar en la nieve y el otro debe ser de polar o lana.

### Equipo personal

- Medicamentos personales: un adulto distribuirá medicamentos personales (con y sin receta médica) durante su estadía en NatureBridge.
- Productos para menstruación: El acceso a una tienda es limitado.
- Mochila: Capacidad mínima de 65 L, de preferencia con armazón interno. Le debe caber un contenedor para comida a prueba de osos, equipo personal y equipo para el grupo, como tiendas de campaña y hornillos de campamento.
- Colchoneta: De espuma ligera o inflable estilo Therm-a-Rest.
- 3 bolsas para basura: Bolsas grandes resistentes para proteger la mochila de la lluvia y la nieve.
- Utensilios de comida ligeros: taza, tazón, cuchara.



- Dos botellas para agua: de un cuarto de galón o un litro.
- Linterna o lámpara de cabeza con baterías de repuesto: pequeña y ligera
- Protector labial: al menos FPS 15.
- Otros artículos de aseo personal\*: cepillo y pasta de dientes pequeña.
- Diario y pluma o lápiz en una bolsa Ziploc.
- Rodillera o tobillera: requerida para los estudiantes que normalmente las usan para realizar actividades físicas.

#### *Marzo-octubre*

- Saco de dormir y bolsa de compresión: rango de temperatura entre 0-20° F; no de algodón.
- Lentes de sol.

#### *Noviembre-febrero/con nieve*

- Saco de dormir y bolsa de compresión: rango de temperatura: 0°F e inferior; no de algodón.
- Lentes de sol o gafas de sol para montaña. Deben proteger contra la luz ultravioleta para evitar deslumbramiento por la nieve.

### Equipo opcional

- Pequeño libro o guía de campo de tapa blanda
- Cámara: recomendamos traer una cámara independiente del teléfono celular.
- Bastones para senderismo: recomendados para estudiantes que tengan afecciones en las rodillas o los tobillos.
- Par adicional de tenis, sandalias o calzado tipo “croc” para el campamento y posiblemente para cruzar riachuelos.
- Bufanda o cubrecuello de lana o polar.

### Ropa y equipo para las noches en las cabañas

Estos artículos adicionales se guardarán en un espacio de almacenamiento durante su viaje con mochila.

- Ropa para senderismo, para dormir y desplazarse los días en que no hay viajes con mochila.
- Pequeña mochila para caminatas cortas durante los días en las cabañas.
- Artículos de aseo personal, como jabón y champú\*: durante los viajes con mochila, no podrán bañarse, pero sí cuando se queden en las cabañas.
- Almohada y toalla si se quedarán en nuestro campamento Crane Flat (no son necesarias en Curry Village).

### ¿Qué NO traer consigo?

- Comida de más, como goma de mascar o dulces. No se permiten alimentos en las cabañas. Ofrecemos comida en abundancia.
- Cuchillos.
- Insecticida.
- Aparatos eléctricos y juegos, como reproductores MP3, videojuegos, cargadores solares, entre otros.
- Cualquier cosa que sería una pena perder.

#### *\*Artículos de aseo personal*

Para su viaje con mochila, todo lo que expida algún aroma deberá guardarse en una cantidad reducida de contenedores a prueba de osos, que llevarán consigo. Esto incluye todo alimento, artículos de aseo personal, pasta de dientes, protector labial, protector solar, entre otros. El espacio en dichos contenedores es reducido, y los animales rastrearán con facilidad cualquier artículo que no se haya guardado correctamente. Por esta razón, los artículos de aseo personal están restringidos en



la parte del viaje con mochila del programa. Podrán usar jabón, champú, desodorante y cremas durante su estadía en las cabañas, pero deberán guardarlos para cuando estén en áreas campestres.