

## ANDERLINI VOLLEY SPECIAL CAMP

### COSA METTERE IN VALIGIA?

- 8 set per allenamento (maglietta+panta+calze)
- scarpe e ginocchiere (per palestra)
- scarpe chiuse per tempo libero
- borraccia
- due tute intere
- pantalone lungo comodo per arrampicata (tipo leggings per le femmine o tuta leggera per i maschi)
- zainetto per la palestra
- ciabatte
- costumi
- cuffia
- telo mare
- accappatoio
- lozione antizanzare
- crema solare
- cappellino
- bandana o foulard
- Kway (antipioggia)
- ombrellino pieghevole
- portafoglio/ portamonete per gestire i propri soldi
- phon
- beauty case per igiene personale
- abbigliamento comodo per tempo libero (sera e giorno)