

Adekvátne vybavenie je základ vášho pohodlia a bezpečnosti.

1. Pevné terénne topánky – dobre rozchodené, v žiadnom prípade nie úplne nové, ktoré si účastník a trasu Karpatskej vandrovky zoberie na nohy po prvýkrát.
2. Vhodné ponožky do terénnych topánok, vrátane ďalšieho rezervného páru na prípadnú výmenu.
3. Rýchloobväz na prípadné odreniny a pľuzgiere.
4. Ľahké turistické nohavice – ideálne sú elastické.
5. Ľahké tričko s krátkym alebo dlhým rukávom, podľa možnosti rýchlo schnúce, ktoré odvádza pot. Odporúčame, aby ste si zobrali jedno na výmenu do ruksaku.
6. Hrubšia vrstva na tričko – najvhodnejšia je polarteková alebo mikrofleecová bunda, resp. vesta bez rukávov.
7. Vrchný diel, ktorý neprefúkne vietor, príp. nepremokne – napr. ľahká vetrovka alebo tzv. windstopper.
8. Pršiplášť.
9. Malý ruksak – 20 až 30 litrový, do ktorého sa zmestia všetky nevyhnutné veci.
10. Jedlo na celý deň – množstvo podľa osobnej potreby.
11. Voda – ideálne je si zobrať dve 1,5 litrové pet fľaše – na trase bude možnosť si vodu doplniť.
12. Slnéčné okuliare.
13. Ručná baterka – ideálna je čelovka na nástup na trasu potme a v prípade, keď účastník nestihne Karpatskú vandrovku absolvovať do zotmenia.

Povinné vybavenie:

1. **Každý účastník Karpatskej vandrovky má so sebou mobilný telefón** – možnosť rýchlej komunikácie každého jednotlivca v prípade potreby je nevyhnutná.
2. **Každý účastník je zdravotne poistený** pre prípad nepredvídateľných udalostí (úraz, nehoda, potreba záchranu). Odporúčame aj poistenie na zásah horskej záchrannej služby. Najjednoduchší spôsob uzatvorenia poistenia je poistenie cez mobil.