

CHECKLIST PARA VIAJE TROPICAL DE 2-3 SEMANAS

ROPA

- 2 VESTIDOS
- 2 SHORTS CASUAL
- 1 PANTALÓN LARGO FRESCO
(te salva de los mosquitos por la noche)
- 5-6 TOPS
- 1-2 FALDAS
- 1 LEGGINGS
- 1 SHORTS DEPORTE
- 1 SUJE DEPORTE
- 2 CAMISETAS/TOPS DEPORTE

- 1 SUDADERA/SUÉTER
- 1 CHAQUETA/CAZADORA LIGERA
- 1 CHAQUETA IMPERMEABLE

- ROPA INTERIOR
- 5 PARES DE CALCETINES
- 1 PASTILLA DE JABÓN PURO
(para lavar la ropa interior y no tener que darle la vuelta haha)

- 1-2 BAÑADORES
- 2-3 BIKINIS
- 1 SHORT NEOPRENO
(para no enseñar todo en las clases de surf)

- PIJAMA
(largo finito, en los hostales el aire acondicionado pegaba fuerte)

NECESER

(BOTELLITAS DE MÁX. 100ML)

- GEL
- CHAMPÚ
- ACONDICIONADOR
- DESODORANTE
- CREMA HIDRATANTE CARA
- CREMA HIDRATANTE CUERPO
- CEPILLO DE DIENTES CON CAPUCHÓN
- PASTA DE DIENTES
- HILO DENTAL
- JABÓN
- DESMAQUILLANTE/TOALLITAS
- DESMAQUILLANTE DE OJOS
- PEINE/CEPILLO
- GOMAS DE PELO/GANCHOS
- CUCHILLA/BANDAS DE CERA FRÍA
- AFTER SUN
- COPA MENSTRUAL
- MAQUILLAJE
- PINTAUÑAS
- PERFUME (en stick no ocupa casi!)

PARA ESTANCIAS EN HOSTALES

- CANDADO
- TAPONES
- ANTIFAZ PARA DORMIR
- TOALLA DE MICROFIBRA GRANDE

ACCESORIOS

- GAFAS DE SOL
- TURBANTE/PAÑUELO
- GORRO/A
- PAREO
- CHANCLAS
- SANDALIAS
- ZAPATILLAS DE DEPORTE/SENDERISMO
- COLLARES, PULSERAS, ANILLOS
- MACUTO/MOCHILA (para la playa o excursiones)
- RIÑONERA O BOLSO PEQUEÑO (para salir)
- BOLSA TRANSPIRABLE (para la ropa húmeda)

COMIDA DE SUPERVIVENCIA

- AVENA
- FRUTOS SECOS
- TORTITAS DE ARROZ
- SOBRES DE PROTEÍNA
- 1 SHAKER Y UNA CUCHARA
(para preparar tus gachas)
- CHOCOLATE 85%

BOTIQUIN

- IBUPROFENO
- FORTASEC
- ELECTROLITOS EN POLVO
- CARBÓN ACTIVO

IMPRESINDIBLE

- PASAPORTE
- CARNET DE CONDUCIR
- TARJETA PREPAGO
- TARJETA DE CRÉDITO EXTRA SEGURO DE VIAJE
- ENCHUFE ADAPTADOR
- CARGADOR DEL MÓVIL
- BATERÍA EXTERNA

TENER A MANO

- AURICULARES
- LIBRO
- ALMOHADA DE VIAJE
- BOTELLA DE AGUA VACÍA
- KIT CEPILLO Y PASTA
- CHICLES
- CREMA SOLAR
- REPELENTE DE INSECTOS

