

Začiatok pobytu:

Zraz účastníkov je **06.10.** o 15:45 na pred vlakovou stanicou v Banskej Bystrici, kde budú čakať naši inštruktori vo Wachumba tričkách/mikinách.

Pre pohodlie rodičov doporučujeme využiť spoločnú vlakovú dopravu. Vlak smer BA - Banská Bystrica vyráža 12:04 z BA. V prípade, že bude v každom smere viac ako 10 záujemcov o spoločnú dopravu, budeme organizovať aj Wachumba sprievod.

Koniec pobytu:

Prechod chceme ukončiť v nedeľu **08.10.** tak, aby sme stihli vlak z Ružomberka 13:30 smer BA a 13:44 smer Košice.

Potrebné doklady a na čo nezabudnúť

Pri príchode nezabudnite predložiť pre vedúcich tábora a zdravotníka:

- - [vyhlásenie rodiča](#)
- - kartičku poistenca – kópia
- - lieky, ktoré dieťa pravidelne užíva

Zoznam vecí, ktoré sú pre pobyt dôležité

Doporučujeme držať sa nasledovného zoznamu vecí, ísť tak naľahko ako sa len dá, ale zároveň byť pripravený na jesenné horské počasie. Drž sa zoznamu a poďakuje sa ti tvoj chrbát, nohy aj telo :)

- kvalitný rucksak, ktorý ti dobre drží na chrbte a si naň zvyknutý (ideálna veľkosť tak 30-45L)
- nepremokavý obal na rucksak (*ak nemáš, nekupuj iba kvôli tejto akcii, postačí aj pár čiernych odpadových vriec, do ktorých ho zabalíš, keď bude treba*)
- turistické topánky s pevným členkom, ideálne s membránou alebo impregnovanou kožou - nie nové, ale už rozchodené, také na ktoré si zvyknutý, máš overené a čo to už s tebou prešli
- nepremokavú bundu s membránou, odolnou voči dažďu aj vetru
- čiapku
- 2x dlhé turistické nohavice z pevnejšieho materiálu
- 2x fleesovú teplejšiu mikinu ako druhú vrstvu pod nepremokavú bundu

- termoprádlo s dlhým rukávom (2x tričko 1x nohavice) - poslúži aj ako pyžamko :)
- 2x tričko s krátkym rukávom
- tenké rukavice
- termosku
- 1x krátke turistické nohavice z pevného materiálu
- šiltovku/turistickú čelenku
- čelovku (*pozor, nie baterku do ruky - tie treba mať voľné :)*)
- 2x 1L fľašu na vodu, alebo camelbak
- 3x kvalitné turistické ponožky
- pončo/pršiplášť
- turistické paličky, ak si na ne zvyknutý (nie su nevyhnutnosť)
- ľahké tenké prezúvky na chatu, ktoré sa dajú zrolovať - niečo ako hotelové/wellness papučky (*ak nemáš nič také, postačia aj hrubé ponožky*)
- slnečné okuliare
- rýchloschnúci turistický uterák
- hygienické potreby
- papierové vreckovky (*doporučujeme suché aj vlhčené*)

Stravovanie detí

Organizované stravovanie začína neskoršou večerou na horskom hoteli Kráľová Studňa cca 20:00 hod. Treba s tým rátať a podľa toho sa na prvý deň aj nabaliť - zobrať mame viacej rezňov a koláčov :) alebo využiť možnosť rýchleho občerstvenia po príchode do Banyskej Bystrice, kým začneme šlapať.

Ďalej počas pobytu je strava zabezpečená 3x denne (večere a raňajky na chatách, balíčky na cestu ako obed), pitný režim budeme dopĺňať priebežne - čaj, voda. Posledný deň končí pobyt raňajkami.

Účastníci, ktorí majú **špeciálne stravovacie obmedzenie** (*napr. diabetes, bezlepková, histamínová diéta, alergie a podobne*), nám **treba nahlásiť aspoň 14 dní vopred**.

Ďalšie odpovede na Vaše otázky nájdete v sekcií [FAQ](#).

Nenašli ste odpoveď, ktorú ste hľadali?

[Napíšte nám](#)