

Jak zabalit na zájezd?

Seznam by vám měl pomoci, abyste při balení na nic důležitého nezapomněli. Nelze ho ale brát absolutně, samozřejmě některé věci nevezmete, jiné přibalíte, podle vašich preferencí a zvyklostí, s ohledem na navštívenou zemi, její podnebí, program zájezdu a také váhu vašich zavazadel.

Seznam je připravený i pro zájezdy pod stan, na zájezdu s ubytováním v hotelu, hostelu apod. pochopitelně některé položky nevyužijete.

Důležité

- cestovní pas s dostačující délkou platnosti (do zemí EU a některých dalších zemí stačí občanský průkaz)
- kopie cestovního dokladu uložená na jiném místě než samotný doklad
- průkaz zdravotní pojišťovny + doklad o komerčním pojištění léčebných výloh
- dostatek peněz (případně platební karta)
- mobilní telefon, nabíječka a/nebo náhradní baterka či powerbanka (dostatečný kredit, aktivovat roaming...)
- hodinky
- budík (není-li v mobilním telefonu)
- fotoaparát (+ nabíječka, případně náhradní baterka nebo powerbanka, paměťová karta s dostatečnou kapacitou)
- do některých zemí mezinárodní očkovací průkaz

Základní věci

- krosna nebo kufr nebo uzavíratelná taška
- malý batoh (do autobusu a/nebo na horské túry a do města)
- stan
- karimatka
- spacák
- vaříč (lehký plynový či benzinový) + dostatečná náplň, zápalky nebo zapalovač
Pozn.: do některých zemí je zbytečné vozit vaříč i větší zásoby jídla, často je možné se za rozumné ceny stravovat na místě – viz informace o stravování u konkrétního zájezdu.
- ešus
- nůž, lžíce, otvírák na konzervy, otvírák na víno (vývrtka)
- hrníček
- houbička na nádobí, jar (utěrka)

Oblečení

- spodní prádlo, ponožky
- trička
- kraťasy
- teplé oblečení – dlouhé kalhoty, mikina, tepelná vrstva „fleece“ či membránový softshell apod. *(jednu teplejší vrstvu si nechat při ruce v autobuse na noční přejezd/trajekt/první den programu)*
- větrovka, bunda, pláštěnka...
- plavky
- pokrývka hlavy
- do vyšších hor rukavice, čepice...

Boty

- pohorky (dobře naimpregnované)
- trekové boty / botasky
- sandály
- návleky na boty (můžete zvážit do oblastí, kde více prší nebo je vlhko, jako doplněk k pohorkám)
- případně přezůvky (nutné např. na některých horských chatách)

- případně gumové pantofle do sprchy
- případně boty do vody

Toaletní potřeby

- ručník
- kartáček na zuby a zubní pasta (pro první použití na benzínce mít po ruce v autobuse)
- mýdlo
- šampon na vlasy
- hřeben
- holicí strojek
- deodorant
- toaletní papír
- vlhčené ubrousky

Další drobnosti

- baterka (ideálně čelovka)
- opalovací krém (případně i krém po opalování, Panthenol)
- sluneční brýle s UV filtrem
- kapesníky
- repelent
- plastová láhev na vodu
- papír, psací potřeby (seznam adres pro psaní pohledů)
- kapesní šití
- trekové (teleskopické) hole (do hor)
- cestovní polštářek do autobusu
- případně prací prostředky, šňůru na prádlo, kolíčky (na delší zájezdy...)
- případně svíčky nebo zdroj světla na večerní posezení
- případně cestovní fén

Léky

- pravidelně užívané
- proti průjmům (Endiaron, Smecta, Immodium, Ercefuryl...)
- proti horečce a bolesti hlavy (Paralen, Acylpyrin, Ibuprofen...)
- na bolest v krku
- na bolest svalů / kloubů
- polštářkové náplasti, dezinfekce, obvaz, elastické obinadlo
- oční kapky
- jelení lůj / balzám na rty

Jídlo

Se zásobami jídla to rozhodně nepřehánějte, ve většině zemí není problém **koupit si jídlo v obchodech nebo zajít do restaurace**. V dražších zemích jako Norsko či Švýcarsko si budete pravděpodobně častěji vařit na vařiči, do levných destinací jako Černá Hora, Albánie, Ukrajina atd. je naopak téměř zbytečné jídlo vozit. Pro inspiraci však některé možné položky uvádíme:

- základní potraviny (chléb, pečivo, šunka, sýry, vejčička natvrdo...) – na začátek zájezdu, později lze dokupovat na místě
- paštiky (nebo třeba bezmasé paštiky z prodejen zdravé výživy), tavený sýr, trvanlivé salámy
- džem, med
- müsli, ovesné vločky (k dostání je i mléko v prášku), ovesná kaše v prášku
- instantní polévky a jiné instantní pokrmy (typu „Dobrý hostinec“)
- těstoviny (omáčky na těstoviny), předvařená rýže, bramborová kaše v prášku...
- masové konzervy, fazole v tomatě, lečo, párky, rybičky...
- sušenky a oplatky, čokoláda (ne do jižních zemí)

- hroznový cukr nebo jiná „kalorická bomba“ na túry
- sůl, pepř, cukr, kečup, případně jiná koření nebo ochucovadla
- rozpustné přípravky pro ochucení vody
- čaj, případně káva
- alkoholický nápoj (pro zdravotní dezinfekci i povznesení nálady ;-))
- žvýkačky, bonbóny
- ...něco dobrého na cestu od maminky...