

1

## NAVEGACIÓN

Mapa, brújula,  
sistema GPS

2

## AISLAMIENTO

Chaqueta impermeable al  
agua/viento, gorro, guantes,  
ropa térmica, calcetines  
de lana (lleve más pares)

10

## REFUGIO DE EMERGENCIA

Tienda de campaña,  
manta térmica, lona

9

## PROTECCIÓN SOLAR Y CONTRA INSECTOS

Gafas de sol, protector  
solar, sombrero,  
repelente de insectos

8

## AGUA

Agua en abundancia,  
sistema de  
filtración de agua

7

## COMIDA

Artículos con alto  
contenido de  
proteínas y calorías

6

## FUEGO

Fósforos en recipiente  
hermético, encendedor,  
iniciadores de fuego

5

## KIT DE EMERGENCIA

Silbato, espejo para hacer  
señales, cinta aislante, navaja/  
multiherramienta de bolsillo

3

## LUZ

Linterna de minero,  
linterna de mano,  
lámpara, baterías  
de repuesto

4

## SUMINISTROS DE PRIMEROS AUXILIOS

Botiquín prefabricado  
o personalizado



Lleve estos elementos esenciales en todas las excursiones para disfrutar de una experiencia segura y agradable.