

Institut Illa de Rodes
Curs: 2026/27
MATERIAL IMPRESCINDIBLE 1ER CURS

GUIA DE MEDI NATURAL I TEMPS DE LLEURE

(*recomanem que tot el material estigui marcat amb cognom i nom)

GENERAL:

Ordinador portàtil: 11.6" Processador Intel Celeron N4020 4GB RAM / 128GB (com a mínim).

Llibreta/fulls i bolígraf

**CONDUCCIÓ A PEU,
ESPELEOLOGIA:**

Botes de mitja muntanya impermeables , motxilla (25 litres mínim), bastons per caminar, llum frontal, paravent-impermeable, folre polar, pantalons de muntanya, samarreta de màniga llarga i de màniga curta de fibres tècniques (us en donarem una de màniga curta del GUIAM).

Motxilla gran (80 l), sac de dormir i màrfega. (per les sortides de més d'un dia)

Per la Neu (febrer): pantalons impermeables, guants, gorro, ulleres de sol,

CONDUCCIÓ EN BICICLETA:

Bicicleta de muntanya, casc, motxilla 30 litres (la mateixa que a cond. a peu), culotte,samarreta lycra (la mateixa que a peu) o maillot de bicicleta.

Ulleres clares i fosques, guants curts i llargs, càmera de recanvi, manxa d'aire, palanques desmunta cobertes, multieines, lubricant, drap de neteja, bidó d'aigua o "camel-back". Manguitos i perneres o genolleres (quan vingui el fred).

*Us donarem un porta-mòbil pel manillar de la btt.

CAIAC, VELA, NATACIÓ AIGÜES OBERTES I SNORKEL:

(Paravent), neoprè llarg, guants neoprè, botins neoprè, samarreta tèrmica d'aigua, ulleres de busseig i tub.

PISCINA:

Banyador esportiu cenyit nois i noies banyador esportiu sencer, xancles, ulleres, casquet de bany "gorro natación" i tovallola.