CHECKLIST DE CAMPING

Separe tudo antes de sair e marque cada item conforme for colocando na mochila.

Destino: _____	**Data:** ____ / ____ / _____
Responsável: _____	**Campistas:** _____

☐ DORMIR E ABRIGO

☐	Barraca (com sobreteto e espeques)
☐	Isolante térmico
☐	Colchonete ou colchão inflável (e bomba)
☐	Saco de dormir adequado ao clima
☐	Travesseiro (ou uma fronha para encher com roupa)
☐	Lona / tarp para chão ou sombra

☐ COZINHA E COMIDA

☐	Fogareiro e gás / cartucho
☐	Panela, frigideira, prato, caneca e talheres
☐	Faca, tábua e abridor
☐	Água (ou filtro / pastilha se houver fonte no local)
☐	Comida planejada por refeição
☐	Saco de lixo — leve seu lixo de volta!
☐	Fósforo ou isqueiro em saco impermeável

☐ ROUPAS — PENSE EM CAMADAS

☐	Camadas térmicas para a noite
☐	Casaco e corta-vento
☐	Capa de chuva ou poncho
☐	Roupa de trilha e uma muda extra
☐	Meias extras — pé seco é sagrado
☐	Chinelo e tênis ou bota
☐	Boné e touca

■ HIGIENE E SAÚDE

■	Kit de primeiros socorros
■	Remédios de uso pessoal
■	Protetor solar e repelente
■	Escova, pasta e sabonete biodegradável
■	Papel higiênico e toalha de secagem rápida
■	Álcool em gel

■ LUZ E ENERGIA

■	Lanterna de cabeça (headlamp) e pilhas
■	Lanterna reserva
■	Power bank carregado
■	Cabos de carregamento

■ DOCUMENTOS E SEGURANÇA

■	Documento e dinheiro / cartão
■	Celular com contatos de emergência
■	Canivete ou multiferramenta
■	Corda fina e fita adesiva — salvam qualquer perrengue

■ DICA DE OURO

Antes de fechar a mochila, separe tudo e tire um terço. Iniciante quase sempre leva demais — e é você quem carrega nas costas. Teste a barraca em casa pelo menos uma vez antes da viagem.

■ ANOTAÇÕES / O QUE NÃO POSSO ESQUECER

BORA ACAMPAR?
Com a mochila pronta, só falta escolher o destino.
campingbrasil.net.br