



Carrara, 19 Giugno 2019

Comunicato Ufficiale n.3 - Cosa portare da casa

- accappatoio
- asciugamani da bagno
- spazzolino, dentifricio, sapone e shampoo
- costumi
- cuffia da piscina
- telo da mare
- crema solare
- cappellino e/o bandana
- ciabatte e/o infradito
- t-shirt
- pantaloncini da allenamento personali
- ginocchiere
- scarpe da volley, da atletica-fitness e da passeggio
- cambio intimo
- una felpa + jeans
- beauty completo
- penna e blocknotes
- spray anti zanzare
- medicinali vari somministrati in caso di necessità solo dopo aver avvisato le famiglie
(oki, moment ecc.. per il mal di testa vivin c, aspirina per il raffreddore, tachipirina per la febbre)