



CHECK-LIST'A - WYJAZD NURKOWY (wersja 1.1)

Czy zdarzyło się Ci zapomnieć czegoś ważnego wyjeżdżając na wyprawę nurkową? Pakować się w pośpiechu zastanawiając się, czy czegoś nie brakuje? Aby uniknąć podobnych sytuacji zachęcamy do korzystania z poniższej listy, która powstała na bazie doświadczeń zebranych przez Klubowiczów w trakcie licznych wyjazdów nurkowych. Wszelkie sugestie dotyczące listy prosimy przesyłać na e-mail klub@litoral.pl

1. Sprzęt nurkowy:

- jacket
- automat/automaty (skonfigurowane odpowiednio do butli nurkowych, z których będziesz korzystać)
- skafander mokry lub suchy (w zależności od warunków nurkowych)
- kaptur do skafandra (opcja)
- bielizna termoaktywna (opcja)
- ocieplacz do suchego skafandra (opcja)
- maska
- fajka
- płetwy (najlepiej paskowe)
- buty (do płetw paskowych)
- latarka nurkowa
- baterie do latarki
- komputer nurkowy
- czapka nurkowa
- zapasowa maska
- bojka nurkowa (opcja)
- kołowrotek (opcja)
- pas balastowy (opcja)
- butla nurkowa (opcja)
- narzędzia, klucze, zestawy naprawcze (paski i klamry do płetw oraz maski, oringi)
- uprawnienia nurkowe
- książka nurkowa (z aktualnymi badaniami lekarskimi)
- logbook
- ubezpieczenie DAN lub Hestia (opcja)
- sprzęt do fotografii podwodnej

uwaga: np. w Egipcie zakazane jest posiadanie noża nurkowego i rękawiczek nie należy ich więc zabierać

2. Sprzęt turystyczny

- aparat fotograficzny + karty (filmy), ładowarki
- telefon komórkowy + ładowarka
- okulary słoneczne
- klapki lub buty nurkowe do pływania (często ostra rafa uniemożliwia wejście do wody bosą)
- koszulka do snorkelingu (np. w Egipcie słońce operuje tak mocno, że po chwili pływania z rurką można mocno spalić plecy, powszechnie pływa się więc w podkoszulku)
- sprzęt biwakowy (opcja)
- walkie-talkie (opcja)

3. Dokumenty i środki płatnicze

- paszport oraz kserokopia paszportu (schowana w innym miejscu)
- waluta (wyjeżdżając do Egiptu: odliczone 15\$ na wizę wjazdową, jakieś drobne dolary na bakszysz)



- karty płatnicze
- polisy ubezpieczeniowe
- atlasy, mapy, przewodniki
- adresy znajomych i rodziny celem wysłania pocztówek

4. **Odzież niezbędna**

- klapki
- kąpielówki (komplet bikini)
- krótkie spodnie/krótka spódniczka
- czapka z daszkiem
- podkoszulki LITORAL
- kurtka ortalionowa/przeciwwiatrowa
- polar
- obuwie stosowne (np. sandały)
- bielizna
- pidżama i szlafmyca

5. **Przybory toaletowe**

- szampony i odżywki
- żel pod prysznic
- szczoteczka + pasta do zębów
- nić dentystyczna
- patyczki do uszu
- ręcznik mały
- ręcznik plażowy (często można pożyczyć w hotelu)
- klapki pod prysznic
- przybory do golenia (depilacji)
- pilnik do paznokci itp.
- krem do opalania z filtrem
- zestaw kremów na dzień i na noc, balsamy
- suszarka do włosów + szczotki i grzebień
- papiloty, zalotki, tipsy okolicznościowe, itp.

6. **Lekarstwa**

- maść na oparzenia słoneczne
- plastry z opatrunkiem różnych wielkości, plaster z opatrunkiem do cięcia
- kompresy, bandaże (kiedyś też brałam bandaże elastyczny, ale mi się gdzieś zapodział)
- Pyralgina (na gorączkę i inne bóle)
- Nurofen ultra forte (j.w.)
- Smecta (w razie kłopotów z żołądkiem)
- Nifuroksazyd (na poważniejsze kłopoty z żołądkiem, w razie konieczności do kupienia w Egipcie)
- Dicortineff (na uszy na wszelki wypadek)
- Avamys - podobno dobrze działa na uszy (mimo że aplikuje się przez nos)
- Gripex, czasem też się może przydać
- wapno

UWAGA!

Ponieważ ze względów logistycznych część osobistego sprzętu po nurkowaniu pozostawiana jest zazwyczaj w bazie nurkowej, do dobrej praktyki nurkowej należy przygotowanie przez każdego z uczestników jednorodnych oznaczeń na każdy element sprzętu np. za pomocą indywidualnego „kodu sznurkowego” (pętka z wielobarwnej, plecionej linki), celem uniknięcia zagubień, dekompletacji i pomyłek. Warto podpisać również (np. inicjałami) wodoodpornym mazakiem takie części ekwipunku jak płetwy, maska, komputer itp.

