



ARITZ BADIOLA PEÑA

+34 629812112 - [info@arbapeguide.com](mailto:info@arbapeguide.com)

## LISTA DE MATERIAL NECESARIO

Este es el material individual que debes llevar para cualquier actividad de Via Ferrata de un día de duración:

- Botas o zapatillas de montaña o deporte en buen estado (No sirven las zapatillas de gimnasio o suelas lisas).
- Ropa adecuada para montaña (Ropa de deporte)
- Camiseta transpirable o similar.
- En caso de tener el pelo largo una goma para recoger el pelo.
- En caso de usar gafas una cinta para sujetarlas.
- Protección solar (Gafas opcionales).
- Agua y comida.
- Es recomendable llevar guantes de bicicleta o similar.