



## Lista Recomendada

### Paine Big Circuit en Torres del Paine

*La Patagonia Chilena es famosa por su clima impredecible. Debido a la posibilidad de tener las cuatro estaciones del año en un día, deberemos estar preparados para toda circunstancia. El secreto en Patagonia es vestirse en capas, para obtener el máximo de confort al mínimo peso. Es importante utilizar ropa resistente al viento y que se seque rápido, es por eso que recomendamos no utilizar algodón. Si piensas comprar zapatos nuevos, asegúrate de usarlos con anterioridad al viaje.*

#### **Documentación**

- Pasaporte o Carnet de Identidad
- Tarjeta de Turista si eres extranjero

#### **Para Días Activos**

- Mochila de 40-60 litros (dependiendo de lo que lleves, y si contratas porteadores)
- Saco de dormir de 3-4 estaciones (-5/-10°C con saco de compresión)
- Therm-a-rest® o una colchoneta de camping parecido (se recomienda liviano y compacto)
- \* Se pueden arrendar sacos de dormir y colchonetas en Chile Nativo con anticipación**
- Sleeping Liner (Cocoon® or similar)
- Zapatos de Montaña (resistentes al agua y usados)
- Pantalones de montaña convertibles (preferiblemente materiales sintéticos)
- Chaqueta y pantalones impermeables (ej: Gore-Tex®)
- Polera y capa intermedia térmica, sintética de secado rápido (ex: Capilene®)
- Chaqueta polar o similar
- Cuello o bufanda de polar o lana
- Gorro de polar o lana que cubra orejas
- Calcetines de lana (ej: Smartwool®)
- Linterna o Headlamp con baterías (y baterías adicionales)
- Polainas impermeable
- Guantes de lana y impermeables
- Gafas de sol con correa para el cuello
- Protección solar UV (mínimo 30 SPF)
- Gorro para bloquear el sol
- Botella de agua o sistema de hidratación **\* El agua se rellena de fuentes confiables dentro del parque nacional, como arroyos / grifos. No es necesario filtrar el agua en Torres del Paine ya que no hay presencia de Girardi. Sin embargo, puede traer su propio filtro o tabletas de purificación.**

#### **Post-Excursión en Refugios/Campamentos**

- Una muda de ropa para después de la caminata alrededor del refugio / campamento
- Sandalias livianas para andar en el camping y para la ducha también (ej: Cros®)
- Ropa de dormir
- Cambio de calcetines / ropa interior
- Artículos de tocador (no hay jabón / champú disponible en los refugios)
- Alcohol Gel
- Botiquín personal (medicamentos recetados, medicamentos para el resfriado, tratamiento de ampollas como moleskin o segunda piel)
- Candado para casillero en refugios de montaña
- Toalla de camping (secado rápido)

#### **Opcional**

- Bastones de trekking (altamente recomendado) **\*Se puede arrendar con Chile Nativo con anticipación**
- Repelente contra mosquitos
- Material de lectura
- Binoculares
- Camara, cargadores y baterías (Chile usa 220V y enchufes con 2 pines)