

*TRE GIORNI DI  
SPORT,  
VACANZA,  
GIOCO,  
MONTAGNA CON  
LE GUIDE  
ALPINE DEL  
LARIO DI COMO  
E DELLE GRIGNE*



---

*Per informazioni, costi e  
prenotazioni:*

*[www.rifugiobogani.com](http://www.rifugiobogani.com)*

*[info@rifugiobogani.com](mailto:info@rifugiobogani.com)*

*[www.guidelariogrigne.it](http://www.guidelariogrigne.it)*

*[info@guidelariogrigne.it](mailto:info@guidelariogrigne.it)*

---

***RIFUGIAMOCI  
ESTATE 2021***

## DOCUMENTI NECESSARI

- Documento d'identità
- Elenco dei **numeri di telefono** ai quali reperire mamma e papà
- Elenco degli eventuali **medicinali** da assumere e relativa posologia
- Informazioni su eventuali **allergie e intolleranze** del bambino

## RIFUGIO BOGANI

### ESTATE 2021

Per l'estate 2021 le Guide Alpine del Lario e delle Grigne propongono una settimana di vacanza-sport al **Rifugio Monza – Arnaldo Bogani (Grigna Settentrionale)**

**Date:**

**LUGLIO** – 05/06/07

**AGOSTO** – 02/03/04

**Pernottamento:** in Rifugio con sistemazione di pensione completa.

## ATTREZZATURA PERSONALE DI OGNI PARTECIPANTE

- Zaino
- Poncho o giacca impermeabile
- Borraccia o bottiglietta di plastica da mezzo litro
- Cappellino o bandana (obbligatorio)
- Ombrello
- Maglione o pile
- Una t-shirt di ricambio
- Occhiali da sole
- Crema solare
- Sacco lenzuolo – È possibile acquistarlo in Rifugio
- Necessaire per igiene personale (asciugamano da faccia, spazzolino da denti, dentifricio, sapone)
- Ciabatte
- Pigiama
- Per chi ne avesse bisogno, antiallergici o altri medicinali assunti nel periodo
- Vari cambi intimi
- Scarponcini da trekking
- Calzettoni (non di lana)
- Pantaloncini comodi
- Maglietta

### Attività indicative:

- Escursionismo
- Orienteering
- Giochi collettivi
- Alpeggio didattico
- Relax e... altre infinite possibilità