

## LISTA DE EQUIPO

### Kayak de mar en Patagonia

---

En una expedición de esta naturaleza, la selección cuidadosa del equipo resulta esencial y determina en gran medida la seguridad y éxito del curso. La minuciosidad con la cual elijas tu equipo, tendrá efecto directo sobre el bienestar propio y de tus compañeros. Antes de adquirir el equipo para la expedición es necesario que revises cuidadosamente la lista de equipo que anexamos.

Si posees parte del equipo, te recomendamos que lo traigas, si te encuentras indeciso sobre uno u otro artículo que cumplen con la misma función, te recomendamos que los traigas ambos, ya que antes de salir a terreno los instructores revisarán tu equipo y podrán aconsejarte con el artículo más adecuado para las necesidades del curso. También puedes contactar con anticipación a personal de NOLS Patagonia que con gusto te orientara.

Todas las preguntas de equipo por favor dirigir a Jessica Blount [jessica.blount@nols.edu](mailto:jessica.blount@nols.edu), con copia a Angela Garcés [angela.garces@nols.edu](mailto:angela.garces@nols.edu)

NOLS posee equipo para arrendar o vender. Si tu no cuentas con alguna pieza de equipo indispensable para la expedición podrás arrendarlo o comprarlo. El monto se irá descontando del depósito de \$120.000 que realizaste en un comienzo. Cualquier remanente del depósito que quede o si no ocupas nada de él, se te devolverá al final de la expedición.

### ALMACENAJE DE EQUIPAJE

NOLS Patagonia tiene espacio limitado para almacenar equipaje, aquellos artículos que no sean utilizados para el curso deberán ser guardados en una maleta de tamaño mediano, la cual podrá almacenar en nuestras instalaciones.

## VESTIMENTA

---

Si decides usar equipo que ya tienes o piensas adquirirlo antes del curso, debes considerar tres aspectos importantes:

1) Resistencia y protección contra condiciones climáticas adversas

2) Debe ser ropa ligera.

**3) El algodón NO es permitido en estas expediciones. Las fibras sintéticas y la lana SI son permitidos**

### CALZADO

**Medias de lana:** 3 a 4 pares de medias de lana (o material sintético similar) que sean resistentes.

**Zapatilla deportiva:** (1par) Serán utilizados para caminar en el campamento. No realizamos caminatas con estos zapatos, por lo tanto se recomienda algo ligero como calzado para correr o tenis. CROC, Banners y ese tipo de calzado es ideal. Calzado con dedos al descubierto NO está permitido.

**Botas de goma:** Estas deben cubrir hasta abajo de las rodillas. Deben sentirse sueltas con dos pares de calcetines de lana. NOLS tiene hasta la talla 43. Si tus pies son más grande debes traer tus propias botas.

### ROPA PARA LA PARTE INFERIOR DEL CUERPO

**Ropa interior larga o de invierno (calzoncillo largo):** 1 o 2 pares de polipropileno, capilen u otro material sintético son ideales. Algodón o fibras similares NO son aceptables. 2 prendas aislantes para la parte inferior del cuerpo son suficientes y éstas pueden consistir de 2 calzones largos de polipropileno o 1 calzón largo de polipropileno y un pantalón grueso de material sintético (*polar*). Si piensa usar 2 calzones largos de polipropileno uno debe ser de grosor delgado y el otro de expedición. \*Nota: muchas compañías denominan sus productos de diferentes formas, la mayoría indican el grosor de la tela con los siguientes términos lightweight (ligero), midweight (medio) y expedition weight (grueso)

**Pantalón de material sintético (*Polar*) o de lana:** 1 par, a menos que decida llevar 2 calzones largos de polipropileno. Debe sentirse cómodo al usarlos y considere que los va a usar sobre la ropa interior larga, de preferencia que tengan cierre lateral a lo largo de las piernas lo cual facilita el cambio sin necesidad de quitarse las botas

**Pantalones cortaviento:** 1 pantalón cortaviento de Nylon que ajusten cómodamente sobre las prendas aislantes.

**Traje para tormentas (Pantalón de goma).** Insistimos en traer equipo de buena calidad si trae el personal.

### ROPA PARA LA PARTE SUPERIOR DEL CUERPO

**Ropa interior larga de invierno:** 3 capas aislantes que se ajusten cómodamente una sobre otra. El peso y la capacidad aislante debe ser variable con la finalidad de poder afrontar las condiciones climáticas cambiantes. Los materiales sintéticos son recomendables en climas húmedos y fríos.

**Chaqueta y/o chomba de material sintético o de lana:** 1 pieza. Existe una gran variedad de estilos y características en el mercado.(Chaqueta de polar o chomba gruesa de lana)

**Cortaviento:** 1 pieza. fabricado de Nylon con una capucha que no es impermeable, debe ajustarse cómodamente sobre todas las otras prendas aislantes.

**Traje para tormentas, (Chaqueta).** Insistimos en traer equipo de buena calidad si trae el personal. (Helly Hanse)

### PROTECCIÓN PARA LAS MANOS

**Guantes o Mitones:** (1 par) de lana o material sintético delgado. Si normalmente sufres de frío en tus manos, puedes considerar en traer otro par mas grueso.

### PROTECCIÓN PARA LA CABEZA

**Pasamontañas o Gorro y bufanda:** (1 o 2 piezas) De polar o lana, busque un modelo que se extienda al cuello y se convierta en gorro cuando haga calor. **También puede usar una combinación de bufanda y gorro normal.**

**Gorro para el sol:** (1 o 2 piezas) Con visera para evitar quemaduras e insolaciones.

**Gorro para la lluvia:** (1 pieza)

---

## ARTÍCULOS PARA DORMIR

**Saco de dormir:** Por las características de la expedición se recomienda un saco de dormir con relleno sintético (Fiberfill, Dacron, Pileguard, Hollofil, Quallofil) de tipo momia, debe ser adecuado para temperaturas de -4 a -15 °C. Sacos de dormir de pluma-plumón o con forro interno de algodón **NO SON ADECUADOS**. Esta es una región lluviosa.

**Bolsa compresora:** Para empacar el saco de dormir.

**Colchoneta para dormir:** 1 pieza de material sintético (espuma de células cerradas) con un grosor de 3 a 4 centímetros, también puede utilizar una colchoneta inflable (Therma-Rest) .

**Bolsa para colchoneta:** 1 pieza fabricada de Nylon.

### ARTÍCULOS RELACIONADOS CON EL EMPACADO

**Bolsas para Basura (resistentes):** (4 -5 piezas). Deben ser bolsas para basura resistentes y son utilizadas para aislar de la lluvia y evitar que el equipo se moje. **¡Usted será responsable de traer este artículo!!**

**Pequeñas bolsas de Nylon:** 3 son suficientes para guardar cosas personales.

**Bolsas secas para kayak:** 2 son suficientes. Tamaño mediano para guardar ropa durante la sección de kayak. También funciona utilizar bolsas de nylon con doble bolsa de basura.

---

## EQUIPO PARA REMAR

**Salvavidas:** Una chaqueta salvavidas clase III para Kayakear. Debe ser exclusivamente el de la Escuela NOLS ya que están certificados por la Armada Chilena. (Escuela NOLS los provee)

**Poagies (Guantes de remado de neopreno):** 1 par. Estos son guantes que permiten tener el remo dentro de los guantes. (Escuela NOLS los provee)

**Chaqueta para remar:** Es una chaqueta liviana contra el agua, que sirve para remar y evitar mojarse por olas o lluvia. Idealmente vienen con gorro.

---

## MISCELANEA DE ARTÍCULOS PERSONALES

**Pañuelo de Algodón:** Bandana. 1 o 2 piezas, son útiles para muchas cosas.

**Linterna:** De mano o que pueda montarse en la cabeza , 2 juegos de pilas. Si su linterna usa 2 pilas AA, empiece con un juego nuevo dentro de la linterna y aparte traiga 4 pilas AA más.

**Libreta, 2 Lápices:** útiles para las clases y como diario personal.

**Protector Solar:** 1 pieza debe tener un SPF (Factor de Protección Solar) de 15 o más y resistente al agua.

**Bálsamo para labios SPF 15+:** 1 o 2 piezas que contenga protector solar.

**Artículos de aseo personal:** Cepillo de dientes, pasta dental, soluciones para lentes de contacto, tampones..etc. Solo traiga lo que realmente necesita. Solamente se podrá duchar al principio y final del curso.

**Utensilios para Comer:** 1 tazón de plástico, 1 plato profundo (ojala con tapa) y una cuchara, asegúrese que cada uno de estos artículos sean resistentes en condiciones de calor, frío y resista golpes. Puedes traer un utensilio que sirva como plato profundo y taza a la vez.(Taperware funcionan bien)

**Cantimplora:** 1 botella plástica de boca ancha cuya capacidad sea de 1 litro o 1 1/2 litros.

**Cortaplumas:** Pequeña y ligera es ideal.

**Reloj de Pulso:** Use uno resistente al agua y con alarma.

**Encendedor:** 2 piezas se usan para encender estufas y fogatas.

**Lentes para el sol o para nieve:** 1 par, estos lentes solo deben permitir el paso de 10% del espectro visible y bloquear 97% de rayos UV. Seleccione un par que pueda usar en el mar, con un estuche rígido y considere usar un sujetador de gafas que te ayude a no perderlos. Deben poseer visores o protecciones laterales. Si ya cuenta con lentes para el sol de buena calidad elabore los visores o protecciones laterales con cinta adhesiva (Duct Tape).

**Lentes ópticos:** Si Usted usa lentes por prescripción, traiga un par de repuesto. Si usa lentes de contacto traiga todos los líquidos necesarios para el viaje .Si tiene visión limitada use sus lentes para el sol graduados o si lo desea traiga antiparras de esquí los cuales puede usar sobre sus lentes de prescripción.

## ARTÍCULOS OPCIONALES

---

**Botines de neopreno:** 1 par. Deben tener una suela que no se resbale, en rocas y dentro del bote. Estos deben cubrir los tobillos. NOLS no tiene de este tipo, la mayoría de la gente usa botas de goma. Para adquirirlos buscalos en tiendas de buceo o Windsurf.

**Calcetín de neopreno: (1 par).** Estos serán usados dentro de la bota de goma y deben tener un grosor de 2 a 3 mm., sin suela. Existen modelos con neopreno más grueso, con las costuras revestidas que son más resistentes y durables. Lo anterior se debe tomar en consideración ya que este artículo va usarse diariamente. Puede adquirirlo en tiendas especializadas en deportes acuáticos.

**Cámara Fotográfica:** Procure traer un estuche a prueba de agua, bolsas que sellan herméticamente .También puede usar bolsas plásticas dobles. Si piensa comprar una cámara fotográfica o binoculares nuevos considere la opción de que sean resistentes al agua.

**Termo:** Para guardar agua caliente, puede ser de tamaño medio o grande. Es muy útil para llevar agua caliente en días fríos

**Binoculares:** Un par de los modelos pequeños y ligeros son ideales 7 x 20 u 8 x 20 le permitirá disfrutar del paisaje y su fauna con mayor detalle.

**Libro:** 1 es suficiente. NOLS en todos sus cursos lleva una biblioteca con libros sobre variados temas relacionados con el curso.

**Toalla:** Tamaño pequeño, para ducharse antes y después del curso. La toalla no se llevará a la expedición.

**Bolsas Herméticas de Plástico :** 2 o 3 piezas son suficientes, útiles para organizar.