

# LISTA DE MATERIAL ACONSELHADO

## Lista de Material Aconselhado

- Kit de higiene pessoal (escova dentes, shampoo, sabonete)
- Chinelos
- Chapéu ou boné
- Mochila pequena para uso diário
- Casaco impermeável
- Guarda-chuva pequeno
- Roupa e calçado desportivo
- Fato de banho, toalha, touca e chinelos de piscina
- Dinheiro para eventuais gastos correntes
- Lençol protetor de colchão individual (facultativo)
- Toalha de banho individual e de rosto
- Repelente / Protetor solar

Não aconselhamos a trazer objetos de valor e roupas de marca.

Não nos responsabilizamos pelo desaparecimento de objetos pessoais dos participantes.

Não é permitido o uso de bebidas alcoólicas, estupefacientes, objetos cortantes ou outros que ponham em risco a integridade física e moral dos participantes.

## Indicações para a Estadia Júnior

Regimento de Transmissões

Rua 14 de Agosto – Porto

Coordenadas: Lat:41.181175; Long: -8.640024

A partir da Rotunda AIP (Norte Shopping), seguir pela estrada da circunvalação (durante aproximadamente 2km) em direção ao Hospital de S. João/Areosa, do lado direito vê-se um longo muro branco pertencente ao Regimento de Transmissões, seguindo ao longo desse muro, irá ter à Rua 14 de Agosto (em frente à Mercedes) onde está a receção aos participantes.

**HORÁRIO DE RECEPÇÃO: 19h00 às 21h30**