

# Zobaczyć K2



**wyprawa trekkingowa w Karakorum  
do baz wypraw zdobywających  
K2, Broad Peak i Gasherbrumy**

4 – 27 września 2026

**OFFTRAVEL**

## PRZED NAMI

- **niezapomniany trekking w pakistańskim Karakorum**
- **wspaniałe widoki na najwyższe szczyty Ziemi, w tym K2, Broad Peak i Gasherbrumy**
- **surowe krajobrazy gór wysokich, lodowce, skalne wieże**
- **wędrówka lodowcem Baltoro do kultowego obozu Concordia**
- **dotarcie w miejsca baz wypraw zdobywających Broad Peak, K2 oraz Gasherbrum I i II**
- **przekroczenie wymagającej przełęczy Gondogoro La (5580 m n.p.m.)**
- **noclegi w namiotach i klimatycznych górskich wioskach**
- **spotkanie z muzułmańską kulturą prowincji Pakistanu**
- **zwiedzanie Islamabadu i Rawalpindi**

## O WYPRAWIE

Wśród 14 ośmiotysięcznych szczytów znajdujących się na Ziemi aż pięć położonych jest w Pakistanie w górach **Karakorum**. Cztery z nich zlokalizowane są w sąsiedztwie **Concordii**, słynnego łącznika będącego skrzyżowaniem lodowców **Baltoro** i Godwin Austin. To przez nie zmierzają wyprawy trekkingowe i wspinaczkowe chcące się zmierzyć z pakistańskimi gigantami, ośmiotysięcznymi Gasherbrum II (8035 m n.p.m.), Broad Peak (8047 m n.p.m.), Gasherbrum I (8068 m n.p.m.) i K2 (8611 m n.p.m.), oraz niższymi, ale równie imponującymi licznymi szczytami.

K2, inaczej **Czogori**, to drugi najwyższy szczyt na Ziemi. Położony w górach Karakorum na granicy Pakistanu i Chin do 16 stycznia 2021 pozostawał ostatnim nie zdobytym zimą ośmiotysięcznikiem. Przez wielu himalaistów uznawany jest za najtrudniejszy szczyt w Koronie Himalajów i Karakorum. Już samo dotarcie do bazy pod K2 to poważne wyzwanie trekkingowe i marzenie wielu podróżników. Trasa wiedzie w otoczeniu zupełnie bezludnych, surowych gór, z dala od jakiegokolwiek cywilizacji, a szlak przecina liczne lodowce, w tym słynny lodowiec Baltoro i Godwin Austin. Nagrodą za włożony wysiłek są bez wątpienia nieziemskie widoki i obcowanie z potęgą gór.

Podczas naszej wyprawy trekkingowej „Zobaczyć K2” przez blisko **trzy tygodnie wędrówki** będzie towarzyszyła nam niezliczona liczba sięgających nieba szczytów, w tym ośmiotysięczne Gasherbrum II, Broad Peak, Gasherbrum I i K2, ale również nieco niższe a równie imponujące Trango Tower, Gasherbrum IV czy Muztagh Tower. Przeżyjemy **magiczne wschody i zachody** wpatrzeni we wspaniałe ściany mieniające się w promieniach słońca. Poczujemy potęgę gór i doświadczymy jak mały jest człowiek w ich obliczu. Wyprawa „Zobaczyć K2” będzie niezapomnianą mozaiką najwyższych gór, wspaniałych widoków i prawdziwej przygody.

## PLAN WYPRAWY

### 1 dzień: Wylot do Pakistanu

Spotykamy się na Lotnisku Chopina w Warszawie (miejsce zbiórki) i wylatujemy do Pakistanu.

*Inne miejsca wylotu: Kraków*

### 2 dzień: Zwiedzanie Islamabadu

Po przylocie do Islamabadu (miejsce docelowe) kwaterujemy się w hotelu i udajemy się na krótki odpoczynek. Wypoczęci ruszamy na zwiedzanie stolicy Pakistanu i położonego tuż obok Rawalpindi.

Islamabad to nowocześnie rozplanowana, zielona stolica Pakistanu, położona u stóp zalesionych wzgórz Margalla. Odwiedzamy największy w mieście meczet króla Fajsała, park Szekspirowski, muzeum dziedzictwa Lok Virsa oraz wdrapujemy się na punkt widokowy Damen-e-Koh ze wspaniałą panoramą miasta. Następnie przenosimy się do pobliskiego, tętniącego życiem, gwarnego Rawalpindi. Choć brakuje mu ogromnych zabytków Islamabadu zachwycają tu liczne bazyry, w tym odwiedzane przez nas Raja Bazar, Sarafa Bazar i Mochi Bazar. Wieczorem spotykamy się na uroczystej powitalnej kolacji. Nocleg w hotelu.

### 3-4 dzień: Przelot do Skardu i przygotowania do trekkingu

Po śniadaniu jedziemy na lotnisko i lecimy do Skardu (2230 m n.p.m.). Po odpoczynku udajemy się na spacer po miasteczku. Następnego dnia dopełniamy niezbędnych formalności i robimy ostatnie przygotowania do trekkingu. Noclegi w hotelu.

*Ponieważ przelot do Skardu uzależniony jest od pogody w przypadku odwołania lotu 3 dnia wyprawy przeznaczymy na niego dzień 4. Jeśli prognozowane warunki atmosferyczne będą niekorzystne drogę z Islamabadu do Skardu pokonujemy łodem wynajętym busem przez dolinę Naran, przełęcz Babusar i słynną Karakorum Highway.*

### 5 dzień: Przejazd do Askole

Po śniadaniu pakujemy ekwipunek do jeep'ów i ruszamy w 7-godzinny przejazd doliną rzeki Braldu do Askole (3000 m n.p.m.), miejsca rozpoczęcia trekkingu. Pokonywana przez nas mocno widokowa trasa ma tylko 130 kilometrów długości, ale trzykrotnie przecina rzekę Bradul co mocno wydłuża czas przejazdu. Podróż urozmaicają nam postoje w niewielkich wioskach, kolejno Dassu, Apligon, Pakora, Hoto Chongo i Thongal. Po dotarciu do Askole odpoczynek. Kolacja i nocleg w namiotach.

### 6 dzień: Askole – Jhola

Po śniadaniu spotykamy się z lokalnym przewodnikiem i towarzyszącymi nam podczas trekkingu tragarzami. Ustalamy ostatnie szczegóły, dzielimy ekwipunek i rozpoczynamy trekking w kierunku Broad Peak, K2 i Gasherbrumów!

Trasa trekkingu prowadzi znaną nam już doliną rzeki Braldu, a następnie powierzchnią zasilającą ją słynnego lodowca Baltoro. Pierwszy odcinek to wędrówka zboczem doliny do obozu Korofoung, gdzie zatrzymujemy się na lunch. Następnie kontynuujemy trekking z panoramicznymi widokami na szczyt Bakhor Das (5809 m n.p.m.) i potężny lodowiec Biafo. Po przekroczeniu mostem potężnego dopływu Dumordo rozbijamy obóz w Jhola (3200 m n.p.m.) tuż nad rzeką. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 6-7 h, dystans 12,6 km.*

**7 dzień: Jhola – Paiyu**

Po śniadaniu kontynuujemy trekking doliną rzeki Braldu. Szlak faluje góra-dół północną stroną doliny, czasami staje się bardziej wymagający, a krajobraz łączy surowy. Przed nami z każdym pokonanym kilometrem otwierają się widoki na kolejne majestatyczne wysokie szczyty. Na lunch zatrzymujemy się przy tamaryszkowym lesie w pobliżu strumienia spływającego ze szczytu Paiyu. Tuż po nim docieramy do punku widokowego, z którego widać czoło lodowca Baltoro, a w oddali charakterystyczne wieże Cathedral i Trango Towers. Na lewo od nich pierwszy raz podczas trekkingu dostrzegamy charakterystyczną, trójkątną sylwetkę K2. Po dotarciu do obozu Paiyu (3450 m n.p.m.) kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 6-7 h, dystans 16,6 km.*

**8 dzień: Paiyu – Khoburtse**

Główną atrakcją tego dnia wędrówki jest dotarcie do lodowca Baltoro, jednego z najdłuższych występujących poza strefą okołobiegunową lodowców górskich typu dolinnego. To z niego wypływa rzeka Braldu, doliną, której wędrowaliśmy ostatnie dwa dni. Trawersujemy jego ogromne cielsko meandrując między narzutowymi głazami, szczelinami i glacialnymi jeziorami. W końcu docieramy do obozu Khoburtse (3830 m n.p.m.) umiejscowionego na południowej morenie bocznej lodowca tuż za dopływającym lodowcem Liligo. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 5-6 h, dystans 10,8 km.*

**9 dzień: Khoburtse – Urdukas**

Po śniadaniu ruszamy południową moreną lodowca Baltoro pokonując kolejne wpadające do niego lodowce. Towarzyszą nam wspaniałe widoki na Great Trango i Uli Biaho Towers. Po ich przekroczeniu zatrzymujemy się na lunch. Następnie kontynuujemy podejście i rozbijamy obóz w pobliżu strumienia Urdukas (4050 m n.p.m.) w cieniu 6-tysięcznych szczytów Paiyu Peak, Uli Biaho, Great Trango Tower i Cathedral Tower. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 3-4 h, dystans 5,1 km.*

**10 dzień: Urdukas (dzień aklimatyzacyjny)**

Dzień przeznaczymy na odpoczynek, regenerację i aklimatyzację do wysokości. Ruszamy na krótkie spacerki "na lekko" po okolicy i cieszymy oczy widokami na wysokie szczyty. Kolacja i nocleg w namiotach.

**11 dzień: Urdukas – Goro II**

Tuż za obozem Urdukas szlak wprowadza na morenę powierzchniową lodowca Baltoro, której nie opuścimy przez kilka kolejnych dni. Po pokonaniu trudnych szczelin bocznych trasa staje się łatwiejsza. Mijamy kolejne dochodzące lodowce, w tym Mandu i Muztagh. Otwierają nam się widoki na siedmiotysięczne szczyty, w tym majestatyczny Masherbrum, Muztagh Tower i Gasherbrum IV. Na wysokości lodowca Yeermandu zatrzymujemy się na lunch w obozie Gore I. Po odpoczynku kontynuujemy wędrówkę na wschód w górę lodowca Baltoro aż do obozu Gore II (4380 m n.p.m.) znajdującego się w jego centralnej części. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 5-6 h, dystans 12,1 km.*

**12 dzień: Goro II – Concordia**

Ten dzień to dotarcie do celu pośredniego naszego trekkingu, kultowego obozu Concordia (4650 m n.p.m.) będącego łącznikiem między bazą pod K2 i Broad Peak, a Gasherbrum I i II.

Wędrujemy łagodnie wznoszącym się lodowcem Baltoro, ze spektakularnymi widokami na siedmiotysięczne Muztagh Tower, Gasherbrum IV i nieco niższy Mitre Peak. W końcu naszym oczom ukazują się najwyższe szczyty Karakorum – K2, Broad Peak, Gasherbrum I i II. Po dotarciu do Concordia kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 4-5 h, dystans 9,2 km.*

### **13 dzień: Concordia – Broad Peak Base Camp**

Rozpoczynamy najważniejszy etap wyprawy, czyli dotarcie do baz wypraw zdobywających najwyższe szczyty Ziemi. Na pierwszy ogień idzie Broad Peak. Ruszamy po śniadaniu. Trasa wędrówki prowadzi łagodnie wznoszącym się lodowcem Godwing Austin aż do osiągnięcia wysokości 4900 m n.p.m. Kamienista ścieżka miejscami pokryta jest śniegiem i lodem, ale nie przysparza większych trudności. Po dotarciu do obozu resztę dnia delektujemy się widokami podstawy ośmiotysięcznika. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 3-4 h, dystans 5 km.*

### **14 dzień: Broad Peak Base Camp – K2 Base Camp – Concordia**

Wstajemy wcześniej, bo przed nami kulminacyjny punkt wyprawy, czyli dotarcie do bazy pod K2. Trasa wędrówki dalej prowadzi łagodnie wznoszącym się lodowcem Godwing Austin. Zbliżając się do podstawy góry południowa ściana K2 coraz bardziej dominuje nad otoczeniem. W końcu osiągamy wysokość 5150 m n.p.m. tym samym docierając do bazy pod K2, jednego z najbardziej kultowych wysokogórskich miejsc na świecie. Po chwili odpoczynku udajemy się na eksplorację okolicy. Zatrzymujemy się przy Pomniku Gilkey'a poświęconego pamięci wspinaczy, którzy zginęli w Karakorum. Następnie schodzimy do obozu Concordia drogą, którą podchodziliśmy ostatnie dwa dni z widokami m.in. na Broad Peak, Gasherbrum IV i inne giganty Karakorum. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 7-9 h, dystans 15 km.*

### **15 dzień: Concordia – Shahring Camp**

Po śniadaniu opuszczamy obóz Concordia i rozpoczynamy zejście lodowcem Baltoro. Szlak biegnie morenowo-lodowym terenem z widokami na Mitre Peak i Chogolisa. Po południu docieramy do zacisznego obozu Shahring (4250 m n.p.m.) z pięknymi widokami na skaliste szczyty dolne partie lodowca Baltoro. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 5-7 h, dystans 14 km.*

### **16 dzień: Shahring Camp – Gasherbrum II Base Camp – Shahring Camp**

Przed nami kolejny wymagający dzień trekkingu, dojście do baz wypraw zdobywających wierzchołki Gasherbrumów. Wyruszamy wcześniej rano. Szlak stopniowo wznosi się skalistą moreną gdzieniegdzie poprzecinaną lodowymi szczelinami lodowca Gasherbrum Południowy. Towarzyszą nam imponujące widoki na łańcuch Gasherbrumów, od I do VII. Koło południa docieramy do bazy pod Gasherbrum II na wysokość 5150 m n.p.m., gdzie zatrzymujemy się na lunch i odpoczynek z pięknymi widokami na majestatyczne szczyty. Po spędzeniu czasu w bazie wracamy do obozu Shahring tą samą drogą. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 6 h, dystans 10 km.*

### **17 dzień: Shahring Camp – Concordia**

Po śniadaniu kontynuujemy powrót do Concordia. Podziwiamy malownicze krajobrazy wysokich gór, które dwa dni wcześniej mieliśmy za plecami. Późnym popołudniem docieramy

do obozu. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia ok. 5-7 h, dystans 14 km.*

### **18 dzień: Concordia – Ali Camp**

Opuszczamy obóz Concordia i ruszamy w kierunku najbardziej wymagającego elementu wyprawy, przełęczy Gondogoro La. Kolacja i nocleg w namiotach w obozie Ali Camp (4940 m n.p.m.).

*Czas wędrówki tego dnia ok. 6 h, dystans 10 km.*

### **19 dzień: Ali Camp – Gondogoro La – Khuspang**

Ten dzień to najbardziej emocjonujący element całego trekkingu. Po opuszczeniu obozu Ali Camp ruszamy na przełęcz Gondogoro La (5580 m n.p.m.). Jest ona wymagająca i całkowicie pokryta śniegiem. Jej pokonanie wymaga asekuracji z użyciem sprzętu wspinaczkowego, w tym uprząży, lin, raków i czekanów. Po zejściu z przełęczy dochodzimy lodowcem Gondogoro do obozu Khuspang (4650 m n.p.m.). Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia to ok. 10 h, dystans 10 km.*

### **20 dzień: Khuspang – Sahischu**

Kontynuujemy zejście lodowcem Gondogoro do obozu Sahischu (3390 m n.p.m.) w dolinie rzeki Hushe. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia to ok. 7 h, dystans 16 km.*

### **21 dzień: Sahischu – Hushe**

Ostatni dzień trekkingu to zejście doliną rzeki Hushe do wioski Hushe. Kolacja i nocleg w namiotach.

*Czas wędrówki tego dnia to ok. 4 h, dystans 10 km.*

### **22 dzień: Przejazd do Skardu**

Przejazd powrotny jeepami do Skardu. Nocleg w hotelu.

### **23 dzień: Przelot do Islamabadu**

Po śniadaniu jedziemy na lotnisko i lecimy do Islamabadu. Ostatni dzień w Pakistanie przeznaczamy na odpoczynek po trekkingu, zakupy pamiątek na bazarach, a wieczorem spotykamy się na pożegnalnej kolacji. Nocleg w hotelu.

### **24 dzień: Powrót z Pakistanu**

Wczesnie rano jedziemy na lotnisko i wylatujemy z Pakistanu. Wieczorem przylatujemy do Warszawy i kończymy wyprawę.

*Inne miejsca powrotu: Kraków*

## REKOMANDACJE

### **Czy wyprawa „Zobaczyć K2” jest odpowiednia dla Ciebie? Tak, jeśli:**

- Nie masz przeciwwskazań zdrowotnych, jesteś aktywna/y fizycznie i masz bardzo dobrą kondycję.
- Nie masz lęku przestrzeni, ani lęku wysokości.
- Wędrowałaś/eś i spałaś/eś już w górach na wysokości przekraczającej 3500 m n.p.m. i nie miałaś/eś problemów z reakcją Twojego organizmu na taką wysokość.
- Masz za sobą kilkudniowe wędrowki (min. 10 dni) w górach wysokich, podczas których każdego dnia wędrowałaś/eś kilka godzin i pokonywałaś/eś dystans rzędu kilkunastu kilometrów z przewyższeniem (sumą podejść) przekraczającym 1000 m.
- Wytrzymasz kilka dni z ograniczoną możliwością wzięcia ciepłego prysznica.

Jeśli odpowiedź na któreś z powyższych pytań (oprócz 2 początkowych) jest negatywna nie wyklucza Cię to z wzięcia udziału w wyprawie, jednak koniecznie skontaktuj się z nami, abyśmy mogli porozmawiać i ocenić Twoje przygotowanie do trekkingu.

## WAŻNE INFORMACJE

**Kraj:** Pakistan  
**Termin:** 4 – 27 września 2026  
**Czas trwania:** 24 dni  
**Liczba uczestników:** od 4 do 10 osób (minimalna liczba uczestników 4 osoby)

**Cena wyprawy:** 11900 PLN (płatne przelewem do 3 dni od daty Umowy)

Obejmuje:

- organizację Wyprawy i opiekę polskiego Przewodnika
- przelot na trasie Warszawa – Islamabad – Warszawa (samolot rejsowy, klasa ekonomiczna, bagaż główny do 25 kg + bagaż podręczny do 8 kg)
- pośrednictwo przy wyrobieniu wizen i pozwoleń na trekking, w tym koszt wizen
- rezerwacja miejsca na trekkingu
- pakiet wyprawowy (koszulka, chusta wielofunkcyjna)
- ubezpieczenie KL (w tym Ratownictwo przy użyciu helikoptera), NNW i BP
- składkę na Turystyczny Fundusz Gwarancyjny i Turystyczny Fundusz Pomocowy

+ 3500 USD (płatne przelewem do 60 dni przed Wyprawą w USD lub w PLN

Obejmuje: wg średniego kursu NBP z dnia poprzedzającego dzień wpłaty)

- opiekę licencjonowanego przewodnika wraz z kosztem jego noclegu i wyżywienia
- wynajęcie tragarzy wysokogórskich do przenoszenia bagaży między noclegami (maksymalnie 15 kg na osobę) wraz z kosztem ich noclegu, wyżywienia i ubezpieczenia
- przelot na trasie Islamabad – Skardu – Islamabad (samolot rejsowy, klasa ekonomiczna) lub przejazd busem w przypadku odwołanego lotu
- przejazdy jeepami na trasach Skardu – Askole i Hushe – Skardu
- przejazd busem podczas zwiedzania Islamabadu i Rawalpindi
- wyżywienie od 2 do 23 dnia Wyprawy (śniadania, lunchy i obiady w oparciu o lokalną gastronomię, podczas trekkingu posiłki przygotowywane przez kucharza)
- 4 noclegi w hotelach (pokoje 2-osobowe) oraz noclegi w namiotach (2-osobowe) podczas trekkingu zgodnie z Planem wyprawy
- udostępnienie sprzętu wspinaczkowego: uprząży, lin, raków, czekana
- koszt pozwoleń na trekking, opłat drogowych, noclegowych i za przekroczenie mostów
- bilety wstępu do zwiedzanych obiektów

Zwyczajowe napiwki dla przewodnika, kucharza i tragarzy oraz dodatkowe świadczenia (np. dostęp do internetu, ładowanie baterii, pralnia) są dodatkowo płatne (łącznie ok. 200 USD).

**Dodatkowe informacje:**

- Uczestnik zobowiązany jest posiadać paszport ważny minimum 6 miesięcy od daty powrotu do Polski, z przynajmniej jedną wolną stroną oraz 4 aktualne zdjęcia paszportowe.
- Uczestnik zobowiązany jest posiadać wizę uprawniającą do wjazdu na teren Pakistanu w celach turystycznych.
- Uczestnik powinien zapoznać się z informacjami o obowiązujących przepisach paszportowych, wizowych i sanitarnych oraz o wymaganiach zdrowotnych w tym zalecanych szczepieniach ochronnych dostępnymi na stronach [www.gov.pl/web/pakistan/informacje-dla-podrozujacych](http://www.gov.pl/web/pakistan/informacje-dla-podrozujacych).
- Wyprawa organizowana jest na zasadach określonych w Warunkach uczestnictwa w wyprawach.
- Zobacz [jak przygotować się do wyprawy trekkingowej](#).

**Przewodnik:** Wojciech Marzec

**Organizator:** Offtravel s.c.  
 ul. Główna 20  
 05-500 Piaseczno

**Kontakt:** tel. +48 601 052 042  
 e-mail: [wyprawy@offtravel.pl](mailto:wyprawy@offtravel.pl)  
[www.offtravel.pl](http://www.offtravel.pl)

## WYPOSAŻENIE UCZESTNIKA | CHECKLISTA

BAGAŻ	miękką torbę podróżną lub wór transportowy (60-80 litrów) (jako bagaż główny)	<input type="checkbox"/>
	plecak trekkingowy (30-40 litrów) z ochraniaczem przeciwdeszczowym (jako bagaż podręczny do samolotu oraz wykorzystywany podczas zwiedzania i trekkingu)	<input type="checkbox"/>
SPANIE	bardzo ciepły śpiwór (puchowy, temperatura komfortu ok. -20 stopni C, waga do 2 kg)	<input type="checkbox"/>
	wkładka docieplająca do śpiwora (opcjonalnie)	<input type="checkbox"/>
OBUWIE	buty trekkingowe powyżej kostki (z membraną lub impregnowane)	<input type="checkbox"/>
	sandały turystyczne	<input type="checkbox"/>
	klapki (opcjonalnie)	<input type="checkbox"/>
	ochraniacze na buty (tzw. stuptuty)	<input type="checkbox"/>
	raczki turystyczne	<input type="checkbox"/>
ODZIEŻ WIERZCHNIA	kurtka z kapturem z membraną przeciwdeszczową	<input type="checkbox"/>
	lekka kurtka przeciwwiatrowa (np. Softshell)	<input type="checkbox"/>
	ciepła bluza termoaktywna	<input type="checkbox"/>
	kamizelka lub sweter puchowy (np. Primaloft)	<input type="checkbox"/>
	długie spodnie trekkingowe	<input type="checkbox"/>
	krótkie spodenki trekkingowe	<input type="checkbox"/>
	ciepła czapka i rękawiczki	<input type="checkbox"/>
	lekkie nakrycie głowy chroniące przed słońcem	<input type="checkbox"/>
chusta wielofunkcyjna (tzw. komin)	<input type="checkbox"/>	
BIELIZNA	koszulki termoaktywne z krótkim rękawem (1 szt. na 2-3 dni trekkingu)	<input type="checkbox"/>
	ciepła koszulka z długim rękawem i legginsy (np. z wełny Merino)	<input type="checkbox"/>
	skarpety trekkingowe (np. z wełny Merino) (1 para na 2-3 dni trekkingu)	<input type="checkbox"/>
	bielizna	<input type="checkbox"/>
HIGIENA	ręcznik szybkoschnący (duży)	<input type="checkbox"/>
	przybory higieniczne i kosmetyki (biodegradowalne) w małych opakowaniach	<input type="checkbox"/>
	chusteczki nawilżane (biodegradowalne)	<input type="checkbox"/>
	papier toaletowy	<input type="checkbox"/>
	żel antybakteryjny do rąk	<input type="checkbox"/>
	krem z filtrem UV (min. SPF 50)	<input type="checkbox"/>
	tłusty krem ochronny	<input type="checkbox"/>
pomadka do ust	<input type="checkbox"/>	
AKCESORIA	kijki trekkingowe	<input type="checkbox"/>
	okulary przeciwsłoneczne (filtr UV kat. 3 lub lodowcowe)	<input type="checkbox"/>
	zapalniczka	<input type="checkbox"/>

	długopis i mały notatnik	<input type="checkbox"/>
	worki wodoszczelne lub mocne worki foliowe (2-3 szt.)	<input type="checkbox"/>
	worki strunowe na dokumenty i elektronikę	<input type="checkbox"/>
	saszetka na szyję lub torebka biodrowa (na dokumenty i pieniądze)	<input type="checkbox"/>
KUCHNIA	butelka na wodę (np. Nalgene) lub bukłak z rurką (tzw. camelback) (min. 1 litr)	<input type="checkbox"/>
	termos (min. 1 litr)	<input type="checkbox"/>
	łyżka lub spork	<input type="checkbox"/>
ELEKTRONIKA	latarka (czołówka) i komplet zapasowych baterii	<input type="checkbox"/>
	telefon i ładowarka	<input type="checkbox"/>
	powerbank	<input type="checkbox"/>
DOKUMENTY i PIENIĄDZE	paszport	<input type="checkbox"/>
	kopia dokumentu tożsamości (ksero lub zdjęcie w telefonie)	<input type="checkbox"/>
	4 aktualne zdjęcia paszportowe	<input type="checkbox"/>
	karta płatnicza (opcjonalnie)	<input type="checkbox"/>
	gotówka (banknoty niezniszczone, bez napisów i pieczętek)	<input type="checkbox"/>
APTECZKA OSOBISTA	lekarstwa indywidualne (po konsultacji z lekarzem): przeciwbólowe, przeciwzapalne i przeciwgorączkowe, na zatrucia i dolegliwości żołądkowe, krem na otarcia, elektrolity, lekarstwa przyjmowane regularnie	<input type="checkbox"/>
	podstawowe środki opatrunkowe: rękawiczki jednorazowe, gaziki nasączone alkoholem, plastry z opatrunkiem, kompresy jałowe, bandaż elastyczny	<input type="checkbox"/>
	koc termiczny (tzw. folia NRC)	<input type="checkbox"/>
	apteczka wysokogórska	<input type="checkbox"/>