



## PERLENGKAPAN INDIVIDU - UNIVERSITAS MERCUBUANA

Berikut ini adalah daftar perlengkapan individu peserta pelatihan yang harus dibawa selama kegiatan (Tanggal 27-28 Januari 2018):

1. Kartu identitas
2. Handuk & Perlengkapan Mandi (*toiletries*: sabun mandi, shampoo, dsb)
3. Perlengkapan Sholat ( bagi yang muslim )
4. Baju atau T-shirt (2 buah)
5. Celana ganti (2 buah)
6. Kaos kaki
7. Sepatu olah raga
8. Topi
9. Obat-obatan individu secukupnya
10. Tas plastik untuk membawa pakaian kotor
11. *Cream* pelindung kulit (*Sun Block*)
12. *Lotion anti nyamuk* ( *autan* )

Keterangan :

1. Dalam kegiatan *outdoor* diperlukan pakaian yang kuat, ringan tidak mengganggu gerakan. Pakaian dari bahan katun merupakan pilihan yang terbaik.
2. Perlengkapan diatas dianjurkan untuk kebutuhan 2 hari 1 malam, supaya tidak berlebihan