

Når du skal på ophold på Sano Skælskør

Pakkeliste

Foruden tøj, toiletsager og underholdning såsom læsestof, spil, håndarbejde eller tablet/computer beder vi dig om at medbringe:

- ✓ Træningstøj/behageligt tøj, som du kan bevæge dig i
- ✓ Indendørs sko til træning med hælkappe og skridsikker sål
- ✓ Overtøj der passer til årstiden
- ✓ Gode udendørs sko
- ✓ Badetøj og evt. badesko og badehætte (sidstnævnte, hvis du ikke vil vaske dit hår inden bassin træning)
- ✓ Håndklæder
- ✓ Hjemmesko
- ✓ Vækkeur
- ✓ Medicin (husk også det du kun tager efter behov)
- ✓ Hjælpemidler som du ikke kan undvære (fx siddekile, speciel hovedpude, stok, rollator mv.)
- ✓ Evt. myggespray (Sano Skælskør ligger tæt ved vandet og er plaget af myg i sensommeren).
- ✓ En 10-krone til skabe i omklædningsrummene (vognmønter, poletter og lignende kan ikke bruges).