

Daftar Perlengkapan Live in dan Ekspedisi susur pulau P. Harapan - P. Seribu
SM Sekolah Alam Bogor 2014/2015

A. Daftar Peralatan Regu			
No	Nama Barang	Banyaknya	Keterangan
	Peralatan ekspedisi (kamis - sabtu)		
1	Peralatan Berbivak		
	a. Tenda /Flysheets	1 set	
	b. Lampu tenda/Emergency lamp + batrai	1 set	
	c. Tali (Raffia/tali pramuka)	secukupnya	
	d. Pisau / Golok	1 buah	
2	Peralatan Memasak		
	a. Misting	1 - 2 set	
	b. Kompor lapangan	1-2 buah	
	c. Bahan Bakar (gas/Parafin/spirtus)	untuk 5 kali masak	
	d. korek api	seperlunya	
	e. jerigen	2 liter	
	f. Bahan mentah untuk dimasak di p. Bira (5 paket)		
	contoh paket untuk 4 orang		
	# Paket 1	# Paket 3	# Paket 5
	Beras 400 gram	Beras 400 gram	Beras 400 gram
	Abon	Teri main bola	Abon
	kering tempe	kering tempe	Teri main bola
	# Paket 2	# Paket 4	Bahan baku bisa disesuaikan asalkan tahan lama
	Beras 400 gram	Beras 400 gram	
	Sarden	Kornet	
	g. Paket minuman (teh, gula, nutrisari, susu atau suplemen lainnya	secukupnya	
	Peralatan live in (senin - kamis)		
	a. Bahan baku kontribusi	beras 2 liter / minyak 1 liter	
	b. stiker tema sanitasi	20 lembar	
	c. alat dokumentasi (non ponsel)	Minimal 1 / regu	

B Peralatan Pribadi			
1	Peralatan ekspedisi (kamis - sabtu)		
	a. Tas carrier 40 - 60 liter dilapisi trash bag di dalamnya + cover bag	1 buah	
	b. Topi	1 buah	
	c. Baju + celana lapang	1 stel	
	d. Baju ganti nyaman tapi sopan	2 stel	
	e. Baju renang menutup aurat (boleh kaos biasa)	1 stel	

	f. alat snorkling (jika ada)	1 set	
	g. jas hujan	1buah	
	h. sun block	secukupnya	
	i. head lamp	1 buah	
	j. trash bag	2 buah	
	k. kacamata anti sinar matahari (jika ada)	1 buah	
	l. sepatu lapang	1 pasang	
2	Peralatan live in (senin - kamis)		
	a. baju + celana nyaman tapi sopan (bisa sama dengan baju ekspedisi)	2 stel	
	b. sendal gunung	1 pasang	
	c. sun block (sama dengan ekspedisi)	secukupnya	
	d. Topi (sama dengan ekspedisi)	1 buah	
	e. Buku KM 0	Masing-masing	
3	Peralatan Makan		
	a. Piring + sendok + gelas	masing-masing 1 buah	
4	Peralatan Tidur		
	a. matras	1 buah	
	b. Sarung bag	1 buah	
	c. jaket wind breaker/sweater	1 buah	
	d. lotion anti serangga	Secukupnya	
5	Peralatan Mandi & Mencuci		
	a. Sabun + Shampo	1 botol	
	b. Sikat gigi + pasta gigi	1 buah	
	c. Handuk kecil	1 buah	
	d. Tissue kering/basah	Secukupnya	
	e. detergen	1 sachet	
6	Peralatan Ibadah		
	a. alat sholat	1 set	
	b. Al – Quran	1 buah	
	c. Al Matsurat	1 buah	
7	Peralatan Medis		
	a. Pil Kina	6 tablet	sehari satu tablet
	b. Tolak Angin	Secukupnya	
	c. Antimo	Minimal 2 tablet	
	d. Madu	Secukupnya	
	e. Obat pribadi (obat alergi/asma)	Sebutuhnya	
	Kantong kresek kecil	secukupnya	
8	Snack	Secukupnya	