

CHECKLIST

Lo que debes tener listo para el viaje a China.



APPS.

- ☐ Descargar WeChat
 - ☐ Dar de alta una tarjeta de crédito o débito en WeChat
 - ☐ Descargar AliPay
 - ☐ Dar de alta una tarjeta de crédito o débito en AliPay
 - ☐ Descargar Google Translate u otro traductor y descarga los idiomas (chino y español).
 - ☐ En lugar de google maps usar el navegador de Didi en wechat, no confluir en otros navegadores porque no son exactos y te pueden perder.
- NOTA: No usar google maps estando en China porque te pierde.**

INTERNET.

- ☐ Contratar un VPN en app: Pueden ser **NordVPN** o **ExpressVPN**, se descargan en play store o apple store o también se pueden descargar en el sitio web. Es indispensable tenerlo para poder usar Whatsapp, Facebook, Instagram y todo relacionado a google como Youtube, Gmail, etc.)
- ☐ Opciones de Internet internacional: **Holafly** (el más recomendable) o **Airalo**. Pagar por anticipado y activar el servicio un día antes de llegar a China. Hacerlo antes de subir al avión. Esto da datos ilimitados en China según lo que pagues.

DOCUMENTOS.

- ☐ Copias físicas de pasaporte y reservas de hotel.
- ☐ Seguro de viaje.

CHECKLIST

Lo que debes tener listo para el viaje a China.



VARIOS.

- ☐ Adaptador de corriente. China usa tipo A, C e I.
- ☐ Impermeable.
- ☐ Lleva ropa cómoda y ligera para sesiones de meditación o prácticas al aire libre, abrigo ligero para mañanas y noches que pueden ser frescas. Lleva zapatos cómodos al menos dos pares.
- ☐ Si estás tomando algún medicamento considera llevar el suficiente según el tiempo de tu estancia en China. Lleva la prescripción médica y sus envases originales.
- ☐ Incluye un kit de primeros auxilios: vendajes, analgésicos, antidiarréicos, antisépticos y anti histamínicos.
- ☐ Repelente de insectos y protector solar.
- ☐ Si llegas en grupo al aeropuerto y quieres cambiar efectivo, te sugerimos que se pongan todos de acuerdo para que junten el dinero y hagan un solo cambio para evitar el cobro de comisiones a cada uno.
- ☐ Lleva una botella para agua. De preferencia una botella que traiga una tacita integrada ya que en ocasiones dan té durante las prácticas.
- ☐ Cuaderno y lápiz para anotaciones o reflexiones durante el retiro/curso.
- ☐ Batería externa para asegurarte de que tus dispositivos estén cargados.



CHECKLIST

Lo que debes tener listo para el viaje a China.



RECOMENDACIONES.

- Para algunos bancos es recomendable avisar que saldrás del país para evitar bloqueos de tu tarjeta.
- Toma en cuenta que es más fácil un reclamo de tarjeta de crédito que de débito.
- Guarda una copia en la memoria de tu teléfono (NO en la nube) de documentos importantes como INE, pasaporte, tarjetas, visas, etc.

