

TU MALETA PARA LA ESCUELA NACIONAL DE POLICÍA

PRIMERO, CONSULTA TU CARTA DE PRESENTACIÓN

La documentación y las indicaciones oficiales de tu promoción prevalecen sobre esta guía. Esta lista reúne recomendaciones de antiguos alumnos de ACOPOL, no obligaciones generales.

01 DOCUMENTACIÓN

PRIORIDAD: ANTES DE VIAJAR

- | | |
|---|--|
| ☐ Carta de presentación y documentos solicitados | ☐ DNI original en vigor |
| ☐ Permiso de conducir original | ☐ Fotocopias de documentos (si se piden) |
| ☐ Fotografías tamaño carné (si se piden) | ☐ IBAN / número de cuenta bancaria |
| ☐ Número de Seguridad Social | ☐ Cartilla de vacunación (si se solicita) |
| ☐ Tarjeta sanitaria y datos médicos útiles | ☐ Otra documentación de tu convocatoria |

02 MATERIAL DE ESTUDIO

RECOMENDADO

- | | |
|--|--|
| ☐ Ordenador portátil y cargador | ☐ Material de escritura y estuche |
| ☐ Libreta o cuaderno A4 | ☐ Libreta pequeña / agenda |
| ☐ Carpetas y fundas | ☐ Folios y hojas de repaso |
| ☐ Pendrive (si lo utilizas) | ☐ Tableta y cargador (opcional) |

REVISAS ANTES DE SALIR

Comprueba la fecha, la hora, la sede y las normas de incorporación. Accede al [Portal del Aspirante de la Policía Nacional](#).

ROPA Y DEPORTE

Adapta cantidades y colores a las instrucciones de tu promoción.

03 ROPA DE DIARIO Y ABRIGO

ROPA Y CALZADO

- ☐ Camisetas básicas y ropa de diario
- ☐ Pantalones vaqueros y cómodos
- ☐ Sudaderas y ropa de entretiempo
- ☐ Ropa interior suficiente
- ☐ Calcetines (oscuros si procede)
- ☐ Pijamas
- ☐ Cazadora de entretiempo
- ☐ Abrigo de invierno
- ☐ Guantes para el frío
- ☐ Braga para el cuello
- ☐ Cinturón
- ☐ Zapatillas de uso diario
- ☐ Zapatillas de estar por casa

PARA ENTRENAR

- ☐ Mallas largas o cortas
- ☐ Pantalones cortos de deporte
- ☐ Pantalón largo deportivo
- ☐ Camisetas de manga corta
- ☐ Camisetas de manga larga
- ☐ Chaqueta de running
- ☐ Zapatillas de running
- ☐ Bolsa de deporte
- ☐ Toalla de gimnasio
- ☐ Ropa de recambio para entrenar
- ☐ Reloj deportivo con cronómetro

ANTES DE COMPRAR ROPA ESPECÍFICA

Consulta las normas de uniformidad y vestimenta de la Escuela: pueden exigirse determinados colores o características. No presupongas que todas las prendas de promociones anteriores siguen siendo necesarias.

Consejo ACOPOL: en Ávila conviene contar con abrigo para los meses fríos, pero evita llenar la maleta de prendas que puedas adquirir más adelante.

ASEO Y VIDA DIARIA

Accesorios útiles para la estancia, no una lista de obligaciones.

04 HIGIENE PERSONAL

ASEO E HIGIENE

- ☐ Cepillo y pasta de dientes
- ☐ Champú y gel de baño
- ☐ Desodorante corporal
- ☐ Desodorante para pies / calzado
- ☐ Toalla de ducha
- ☐ Útiles de afeitado o depilación
- ☐ Cortauñas y lima
- ☐ Artículos de higiene íntima
- ☐ Toallitas húmedas
- ☐ Cepillo o peine
- ☐ Productos de peinado habituales
- ☐ Horquillas y gomas de pelo

HABITACIÓN Y ACCESORIOS

- ☐ Cargador del móvil
- ☐ Cargador de reloj, si utilizas
- ☐ Auriculares
- ☐ Perchas
- ☐ Bolsa para la ropa sucia
- ☐ Organizador de armario
- ☐ Tapones para los oídos
- ☐ Pequeño botiquín personal
- ☐ Mochila para uso diario
- ☐ Betún negro y paño para zapatos
- ☐ Ambientador de armario (opcional)
- ☐ Regleta de enchufes (consultar)

COMPRUEBA LAS NORMAS DE RESIDENCIA

Confirma antes de llevar regletas, aparatos eléctricos, organizadores o material no habitual. Cada promoción puede recibir instrucciones específicas sobre lo permitido.

MIS OTROS IMPRESCINDIBLES

MATERIAL Y CONSEJOS

Especialmente importante: no comprar material específico sin confirmación.

05 MATERIAL DE TIRO Y DEFENSA

Solo si figura en las instrucciones oficiales de tu promoción. Antiguos alumnos han utilizado los siguientes artículos. Antes de comprarlos, confirma características y autorización de uso.

- | | |
|---|--|
| ☐ Cascos de protección auditiva | ☐ Gafas de tiro (antivaho) |
| ☐ Aliviapercutores inertes de 9 mm | ☐ Kit de limpieza de armas |
| ☐ Protector bucal | ☐ Guantes de boxeo (14 onzas) |
| ☐ Espinilleras | ☐ Zapatillas de tatami |
| ☐ Magnesio líquido | ☐ Material adicional que se indique |

06 CUATRO CONSEJOS DE ANTIGUOS ALUMNOS

01

MANTÉN LA FORMA FÍSICA

Durante la formación seguirás realizando actividades físicas. Llegar con una rutina sostenible.

02

REFUERZA EL IDIOMA

Si necesitas mejorar tu nivel, aprovecha el periodo previo para practicar con regularidad.

03

CUIDA TU CONDUCTA

La Escuela tiene normas académicas y disciplinarias propias: conócelas y respétalas.

04

NO DEJES DE ESTUDIAR

El curso es selectivo. Si una asignatura se complica, corrige el rumbo cuanto antes.

FUENTES OFICIALES Y ÚLTIMA COMPROBACIÓN

Portal del Aspirante: carta de presentación, documentación y avisos de incorporación. www.policia.es/portalaspirantes.

Régimen de alumnos: art. 37 de la [LO 9/2015, de Régimen de Personal](#): funcionarios en prácticas.