

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Активно-экскурсионный тур в Непал»

**Место:** Азия, Непал

---

## Список снаряжения

легкие трекинговые ботинки или трекинговые кроссовки (разношенные!)  
лёгкая сменная обувь - обязательно, тапочки для душа - желательно  
носки трекинговые (теплые) - 2 пары  
носки х/б - 2 пары  
теплые шерстяные носки - 1 пара  
удобная трековая одежда: лёгкие брюки, которые могут быстро высохнуть, 2-3 футболки или хлопковые рубашки  
ветрозащитные брюки  
ветрозащитная куртка с капюшоном  
термобелье  
теплый свитер или куртка — «флиски»  
флисовая шапка  
флисовые перчатки  
солнцезащитные очки - желательно  
телескопические трекинговые палки - желательно, с ними удобнее  
рюкзак 35-45 литров  
легкий спальный мешок - желательно  
налобный фонарик  
индивидуальная аптечка — обязательно  
фляга или пластиковая бутылка для питьевой воды  
полотенце, мыло, зубная щетка и паста

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru