

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Активный тур на Ладогe»

**Место:** Россия и СНГ,  
Карелия

---

## Личные вещи и снаряжение:

документы в герметичной упаковке: паспорт, медицинский полис  
рюкзак или дорожную сумку  
солнцезащитные очки и крем от загара и после загара  
индивидуальную аптечку  
средства личной гигиены  
купальные принадлежности

## Одежда и обувь (вообще и для сплава):

удобные комплекты для разных погодных условий, в том числе шорты и футболки  
2 пары удобной обуви, в том числе по погоде — резиновые сапоги  
кепку или панаму, или, по погоде — спортивную шапку  
комплект носков и белья  
неопреновые шорты, носки и перчатки (желательно, но необязательно)  
спортивные штаны из быстросохнущей ткани  
обувь для сплава (например, кеды или сандали)  
легкий болоневый костюм (для защиты от ветра и влаги). Можно использовать дождевики из плотных материалов.  
бандану (под каску)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru