

#### Одежда и обувь

Теплое нижнее белье

Теплые брюки (джинсы подойдут и для ношения на борту и для экскурсий)

Водонепроницаемые брюки и куртка для высадок на лодках и наземных прогулок (надевайте их поверх Ваших обычных брюк)

Шерстяной свитер или флисовую кофта

Несколько футболок для ношения на борту и на высадках

Варежки и перчатки

Шерстяная шапка

Теплые носки

Купальный костюм

Кроссовки или ботинки (на борту запрещено ходить в шлепанцах по технике безопасности)

Главный фактор при выборе одежды на борту судна – удобство. Одежда может быть повседневной и неформальной. Возьмите с собой ветро- и водонепроницаемую верхнюю одежду. Не берите с собой тесную одежду, которая не оставляет пространства для воздушной прослойки, являющейся отличным изолятором. Шерсть, шелк и некоторые современные синтетические волокна, например флис (polar fleece) сохраняют тепло лучше, чем хлопок.

#### Личные вещи

Водонепроницаемый рюкзак для высадок

Фотокамера и пленки/карты памяти

Пластиковый пакет (с молнией или зажимом для фотокамеры)

Бинокль (для наблюдения за дикими животными)

Комплект батареек

Блокнот и ручка

Паспорт и страховка

Сделайте фотокопии ваших документов, включая паспорта и авиабилеты и др. и храните их отдельно от основных документов.

#### Средства защиты и гигиены

Дополнительная пара Ваших оптических очков

Темные очки с ультрафиолетовой защитой;

Защитный крем для кожи лица и губ

Личная аптечка

Средства личной гигиены