

СНАРЯЖЕНИЕ

Тур: «Автотур по Киргизии»

Место: Россия и СНГ, Киргизия

Одежда и обувь

1 комплект "приличной" (не спортивной) одежды для прогулок по городам и ужинов в кафе
Головной убор (платок, панاما, кепка)
Шапка теплая из флиса (для высокогорных районов, выше 2500 м)
Футболка с длинным рукавом/рубашка с воротником
Кофта теплая из флиса (на вечер)
Куртка ветрозащитная (болоньевая, водостойкая, с капюшоном)
Брюки ходовые (на каждый день)
Шорты
Брюки ветрозащитные
Тапки легкие (ходить в юрточном лагере и на привалах)
Желательно трекинговые кроссовки с толстой подошвой
2-3 пары носков
Накидка от дождя (дождевик)

Снаряжение и личные вещи

Маленький рюкзачок для мелочей
КЛМН в мешочке (кружка, ложка, миска, нож)
Фонарик + запасные батарейки
Бутылка 0.5 л для воды

Средства защиты и гигиены

Очки с УФ защитой
Гигиенические принадлежности (зубная щетка, бритва, мыло, паста, туалетная бумага, полотенце)
Солнцезащитный крем (фактор защиты 25 и более)
Пластырь бактерицидный
Пластырь мозольный (моток)
Помада гигиеническая (от обветривания)
Лекарства от своих заболеваний (если такие имеются)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru