

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Байкальский мультиактив: пешком, на байдарках и джипах»

**Место:** Россия и СНГ, Байкал

---

## Одежда

Непромокаемая и непродуваемая одежда (брюки и куртка). Обе вещи должны закрывать поясницу, в идеале содержать мембранные ткани (которые позволяют одежде не мокнуть и в то же время «дышать»), затягиваться на рукавах и гачах. Приятными моментами являются наличие вентиляции, карманов, светоотражающих элементов и затяжек. Посмотрите изделия таких компаний, как Red Fox, Sivera, Bask, Marmot, Salewa. Обязательно возьмите с собой накидку от дождя, которая будет закрывать и вас, и ваш рюкзак.

Кофта и брюки из Polartec'a. Это очень приятный к телу, теплый, легкий и быстросохнущий материал. Байкальскими вечерами вам будет очень комфортно в одежде из такой ткани. Рекомендуемые бренды, те же, что и для курток и брюк.

Кепку или бандану

Легкую шапку

Перчатки

Треккинговые носки

Купальные принадлежности (да, на Байкале можно купаться)

Перчатки неопределенные или просто спортивные

Пуховую жилетку или тонкую пуховку (для тех кто едет в тур в начале августа)

## Обувь

Обувь на трекинг и скалолазания. Для пешей части вам понадобятся хорошие трекинговые ботинки. В идеале, ботинок должен содержать минимум швов, основным материалом должна быть кожа, он должен содержать мембранные ткани, жестко фиксировать голеностоп и комфортно сидеть на ноге. Ботинки берутся в размер. Обратите внимание, что есть еще и горные ботинки – они вам не потребуются. Ботинки лучше купить за несколько месяцев до начала путешествия, и «разносить» их дома. Рекомендуем вам обувь компаний Asolo, LaSportiva, Meindl, Scarpa, Campus, Solomon. На сменку можно взять легкие трекинговые кроссовки или сандалии. Для скалолазания подойдут скальные туфли (если есть) или кроссовки (лучше с прорезиненным носком).

Обувь на сплав и байдарки. Для сплава и байдарок очень хорошо подойдут гидроноски или гидроботинки, в случае отсутствия специального снаряжения, так же можно использовать резиновые сапоги на холодную погоду и сандалии на теплую погоду. Необходимо учесть, что сандалии должны крепко держаться на ноге. На бивуаке так же можно использовать трекинговые ботинки или кроссовки.

## Другое снаряжение

Рюкзак на 60-90 литров.

Каремат и спальник с температурой комфорта 0- минус 5 градусов

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru

Посуда. Берите только «железную» посуду из легких сплавов. Кружку – желательнее термо, чтобы Байкальский чай не остывал. Тарелку, ложку и нож. Вилки, чайные ложки вам вряд ли пригодятся. Гидрокостюм. Для байдарок рекомендуем брать гидрокостюмы, они будут сохранять тепло при постоянном контакте с водой.

Сидушка ( кусок туристического коврика). С ним вам будет приятнее сидеть, в байдарке, на камнях, а также она может дополнительно защищать поясницу от ветра во время прогулок.

Солнцезащитный крем (фактор защиты не менее 20)

Солнцезащитные очки (с защитой от UV лучей не менее 2)

Налобный фонарик (и запасные батарейки)

Репелленты от комаров и клещей (лучше покупать в Иркутске, т.к. с ними могут не пропустить в самолет)

Личную аптечку (если у вас есть какие-нибудь специфические заболевания)

Средства личной гигиены (в том числе туалетную бумагу и влажные салфетки)

Накидку от дождя

Фото- и видеоаппаратуру, а также запасные флеш-карты и батарейки/аккумуляторы

Портативное зарядное устройство (power bank)

Маленькие гидромешки под документы

Рюкзак нужен вам не только для пеших туров и восхождений. Он очень удобен и мобилен для транспортировки ваших вещей из дома в аэропорт, из аэропорта в автобус, из автобуса в гостиницу и т.д. Хороший рюкзак - это тот, что «сидит» по вашей спине. Особое внимание следует уделять подвесной системе, она должна комфортно и плотно прилегать к спине. Попросите консультанта в магазине положить в рюкзак что-нибудь тяжелое и походите с ним 5-10 минут. Для планируемого путешествия вам будет достаточно иметь рюкзак объемом 60-90 литров. Мы рекомендуем рюкзаки таких компаний как Tatonka, Deuter, Red Fox

Каремат (коврик теплоизоляционный) должен быть легким, мягким и не пропускать влагу и холод. Коврик для йоги не подойдет. Спальник подбирается по температуре и материалу наполнителя. Для летних туров на Байкал подойдут спальники с синтетическими наполнителями, с температурой комфорта 0- минус 5 градусов (женщины могут взять спальник теплее). Обратите внимание, что температура экстрима – это не показатель комфортности спальника. Не забудьте учесть, что спальники отличаются по ростовке и правой/левой молнией. Из брендов, мы рекомендуем посмотреть Alexika, Vertical, Red Fox, Ferrino, Bask.

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru