

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Байкал. Места силы Бурятии»

**Место:** Россия и СНГ, Сибирь

- 
- Термобелье - футболка с длинным рукавом и кальсоны.
  - Кофта и штаны из флиса.
  - Ветрозащитные, утепленные куртка (с капюшоном) и штаны.
  - Теплая, непромокаемая обувь для ходьбы.
  - Шерстяные носки, треккинг-носочки с добавлением шерсти или термоноски.
  - Ледоступы, кошки для гололеда или айсеры
  - Фонарики (гамаши, гетры, бахиллы)
  - Шапка
  - Балаклава, флисовый шарф-труба или флисовая полумаска для нижней части лица
  - Перчатки - 2 пары
  - Варежки с пуховым, шерстяным или синтетическим утеплителем.
  - Очки солнцезащитные ОБЯЗАТЕЛЬНО. В ясные дни очки защищают глаза от воздействия солнечных лучей, которые могут обжечь внешние слои глаза. Снег отражает до 80% солнечных лучей. Когда солнечный свет отражается от снега, он становится очень ярким и сопровождается интенсивным блеском, из-за которого затруднительно смотреть.
  - Солнцезащитный крем, гигиеническая помада
  - Рюкзак для прогулок (объем 20-25 литров). В рюкзаке находятся личные вещи туриста, а также общественные продукты на обед, которые выдает инструктор (вес продуктов 400-600 грамм).
  - Подпопник
  - Термос (объем не менее 1 л на человека)
  - Кружка, ложка
  - Фонарик
  - Туалетная бумага
  - Для ходьбы на турбазе: спортивные брюки, футболка, шлепки
  - Нижнее белье
  - Купальник (для посещения термальных источников)
  - Паспорт / свидетельство о рождении ребенка
  - Фотоаппарат/видеокамера
  - Туалетные принадлежности (зубная щетка, зубная паста, шампунь, бритва)
  - Расческа
  - Нитка, иголка
  - Сушилки для обуви. Поскольку практически весь день мы проводим на улице, то к вечеру обувь становится влажной, ее необходимо просушивать.
  - Индивидуальная аптечка

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru