
Одежда и снаряжение

Рюкзак без станка или дорожную сумку

Спальник (можно взять в аренду)

Удобную походную одежду: неопреновый костюм (в мае и сентябре, в остальные месяцы по желанию), термобелье, брюки и легкую куртку с капюшоном (анорак), рубашку с длинным рукавом, шерстяные носки 2 пары, простые носки 2 — 3 пары, купальный костюм, футболки, перчатки х/б, головной убор с козырьком, теплую куртку, шерстяную шапочку, свитер, накидку от дождя, смену нижнего белья.

Обувь: ботинки туристические или кроссовки, сменную обувь, резиновые сапоги (на свое усмотрение).

Личные вещи: наколенники (при сплаве на катамаране), репелленты, солнцезащитные очки, миску, кружку, ложку, нож, фонарик с комплектом запасных батареек, крем от загара и после загара, небольшой полиуретановый коврик для сидения, средства личной гигиены, индивидуальную аптечку.

Документы в герметичной упаковке: паспорт, страховой медицинский полис.