

Одежда и обувь

Удобная спортивная обувь (зимние сапоги без каблука, трекинговые теплые ботинки)

Сменная обувь (кроссовки, кеды)

Куртка зимняя ветрозащитная, водонепроницаемая

Теплый спортивный костюм (толстовка, штаны)

Футболки с длинным и коротким рукавом

Брюки спортивные

Носки

Теплая шапка

Перчатки

Купальный костюм и сланцы

Желательно, чтобы одежда была функциональной, то есть один слой отталкивает влагу, второй защищает от ветра. Важно, чтобы одежда не доставляла неудобств.

Снаряжение и личные вещи

Документы (паспорт, полис ОМС)

Для фото и видеоаппаратуры - герметичная упаковка

Средства защиты и гигиены

Средства личной гигиены

Личная аптечка

Просьба уточнять перечень необходимых вещей при бронировании тура, в связи с погодными условиями!