

---

**Одежда и обувь**

Горнолыжные куртка и штаны (костюм)  
Термобелье  
Кофта из флиса или полартека или теплый свитер  
Теплая шапка  
Теплые перчатки/варежки (+ запасные)  
Футболки (3-4 шт)  
Носки шерстяные и х/б,  
Нижнее белье  
Зимняя пара обуви  
Тапочки для дома, душа

**Снаряжение и личные вещи**

Сноуборд или горные лыжи  
Шлем  
Комплект защиты (по желанию)  
Маска  
Большая сумка для вещей или рюкзак  
Документы, деньги  
Фото и видео аппаратура  
Зарядные устройства  
Личная аптечка  
Умывальные принадлежности