

СНАРЯЖЕНИЕ

Тип: «Семейное путешествие в Горный Алтай»

Место: Россия и СНГ, Алтай

Рекомендуемое личное снаряжение

Путешествие проходит в горной местности, поэтому к снаряжению важно отнестись внимательно. Помните – неправильно подобранная одежда, обувь и снаряжение может испортить ваше прекрасное путешествие. Каждая лишняя или неоправданно тяжёлая вещь увеличивает вес вашего рюкзака. Внимательно отнеситесь к нижеописанным рекомендациям.

Рюкзак 60-80литров. Спина у всех одна и её лечение дорого стоит. Рюкзак должен быть удобным и максимально нивелировать нагрузку на позвоночник. Рекомендуемые бренды: Tatonka, Deuter или аналоги по качеству. Можно взять напрокат или купить б/у на avito.ru

Коврик. Пенополиэтиленовый или надувной. Пенополиэтиленовый – долговечный, недорогой, лёгкий. Надувной – больше комфорта, менее долговечен и тяжелее. Подобрать и купить можно в Decathlon или на avito.ru

Спальник. Температура комфорта 0+. Пуховые – лёгкие, но дорогостоящие. Иной наполнитель – дешевле, но тяжелее. Подобрать и купить можно в Decathlon или на avito.ru

Треккинговые ботинки или кроссовки. Ботинки фиксируют и защищают голеностоп, что особенно важно под нагрузкой и для взрослых участников. Вес и качество зависит от цены. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах. Детям подойдут трекинговые кроссовки с хорошей подошвой.

Шлёпанцы (кроксы). Для комфортного перемещения на стоянках вечером после перехода и утром перед стартом.

Носки. (3-4 пары). Термоноски для походов и трекинга. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах.

Штаны. (2 пары). Трекинговые брюки на весеннюю погоду и походов по горам. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах.

Шорты (1 пара)

Нижнее бельё. Количество на личное усмотрение

Термобельё. Штаны и кофта. Для сна, а также для самого трекинга. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах.

Футболка. (3 шт.) X\б.

Тёплая флисовая кофта с капюшоном. Одевается под куртку в случае осадков. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах.

Пуховик. Из тонкого верхнего материала, лёгкий. Одевается под куртку на- или вместо флисовой кофты в случае холода или осадков. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах.

Куртка-дождевик. Легкий дождевик без подкладки, желательнее из мембранной дышащей ткани, защищающей от дождя, снега и ветра.

Головной убор. Кепка, бандана, бафф.

Флисовая шапка.

Купальный костюм

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru

Миска, кружка, ложка.

Фляжка для воды (или пластиковая бутылка 1 литр)

Ланчбокс – небольшого размера, подписанный, обязательное снаряжение

Складной нож. Небольшого размера

Спички, зажигалка. Обязательное снаряжение

Фонарик с запасными батарейками. В горах ночью очень темно.

Термоодеяло. Прямоугольник из специальной фольги для экстренных ситуаций. Размер в сложенном состоянии – как пачка сигарет. Подобрать и купить можно в Decathlon или в специализированных магазинах

Зубная щётка, паста, мыло, крем от солнца, спрей от клещей, прочие предметы личной гигиены. Внимание к количеству и упаковке – всё это увеличивает вес рюкзака.

Полотенце. Рекомендуется небольшое полотенце из микрофибры. Внимание к размеру и весу.

Туалетная бумага (бумажные платки).

Фотоаппарат. Опционально. Внимание к размеру и весу.

Гермоупаковка. Для документов и денег. Можно использовать простые канцелярские файлы.

Треккинговые палки. Снаряжение обязательное, особенно в первые дни для слабоподготовленных путешественников. Опытные пешие и горные туристы, а также трейлраннеры и скайраннеры рекомендуют к применению. Seriously облегчают подъём в гору, помогают стабилизироваться на спусках, берегут голеностоп и коленные суставы. В кемпинге могут использоваться в хозяйственных целях.

Подобрать и купить лучше в Decathlon (надёжные недорогие бело-голубые палки без антишокера) или в специализированных магазинах.