

Одежда и обувь

Шорты ниже колена/штаны

Футболка/рубашка

Легкие кроссовки/ сандалии

Головной убор от солнца.

Купальник/плавки

Крепкая разношенная обувь с не скользкой подошвой (для подъема на вулкан)

Термобелье

1-2 флисовых свитера

Легкая и непродуваемая ветром куртка и штаны

Флисовая шапка или повязка на уши

Легкие перчатки

Носки (шерстяные и трекинговые)

Пончо-дождевик (не китайский из тонкого полиэтилена)

Трекинговые палки (если есть)

Снаряжение и личные вещи

Рюкзак (не более 70 л)

Маленький складной рюкзачок-авоська для фотоаппарата, воды и других мелочей

Спальник (с температурой комфорта на +7)

Коврик

1-2 простыни или вкладыш для спальника из хлопка

Маска, трубка, ласты (по желанию)

КЛМН - кружка, ложка, миска, нож

Зарядные устройства к телефону и фотоаппарату

Загранпаспорт, полис ОМС

Маленькие конфетки или леденцы - раздавать детям в деревне на Комодо

Фотографии России или вашей семьи (на Комодо принято рассказывать-показывать для более крепкой дружбы)

Мощный фонарик электрический налобный с новыми батарейками

Средства защиты и гигиены

Средства индивидуальной гигиены (шампуни и мыло лучше и дешевле покупать на месте)

Влажные салфетки (можно бактерицидные)

Антисептик для рук (можно купить на месте)

Катушечный пластырь

Солнцезащитный крем

Полотенце из фибры

Пластиковые прозрачные очки для защиты глаз от вулканической пыли

Повязка для защиты дыхания от вулканической пыли; (есть легкий респиратор? Берите тоже)

Беруши (затычки для ушей) очень важны для крепкого сна в деревне

Повязка на глаза от света (прихватите из самолета)

Личная аптечка (антигистаминные препараты (например, димедрол. Иногда у людей бывает аллергическая реакция на возможные укусы песчаных блошек), парацетомол, марганец в порошке или разбавленный, активированный уголь, бактерицидные пластыри, таблетки от диареи и/или желудочные, болеутоляющие, заживляющие (зелёнка, солкосерил), дополнительно: мелаксен (для хорошего сна и акклиматизации), доксицилин, энтерол, энтеросгель, фестал, ношпа)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru