

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Ладожские лабиринты»

**Место:** Россия и СНГ, Карелия

---

Одежда и обувь:

## 1. Обувь. Носки

В туре лучше иметь как минимум 2 пары зимней обуви. Обувь должна быть удобной, теплой, достаточно высокой и непромокаемой, подходящей для прогулок по заснеженным лесным тропинкам.

Основные качества: наличие хорошего синтетического утеплителя, подошва с неглубоким протектором из мягкой нескользкой резины, наличие мембран, износостойкость.

Носки должны быть тёплыми, прочными и удобными. Важно, чтобы высоты носка хватило для защиты вашей ноги, и кожа не натиралась верхним краем обуви.

## 2. Верхняя одежда

Теплая куртка и брюки должны быть удобными, дышащими и легкими. Можно использовать одежду с пуховым или синтетическим наполнителем. Куртка должна иметь капюшон, желательны манжеты из мягкой ткани, затяжки на поясе и горловине (от ветра). Брюки должны обладать теми же качествами, что и куртка, и иметь специальные «гамашки» для защиты от снега.

Можно использовать комбинезоны или горнолыжные костюмы.

Второй комплект — более легкая верхняя одежда для outdoor-актива, которая защитит вас от снега и ветра.

## 3. Шапка, варежки, бафф

Шапки лучше брать синтетические с непродуваемыми мембранами. Обязательно должны быть защищены уши. Обратите внимание на то, чтобы декоративные элементы не мешали вам использовать капюшон.

Для треккинга или занятий активными видами спорта — лыжи, снегоступы и пр. лучше иметь запасную легкую шапку, в которой будет не так жарко при интенсивном движении.

Перчаток и варежек лучше иметь 3 комплекта, они могут промокнуть или прийти в негодность. Хороший вариант: тонкие перчатки из флиса для фотографирования и более теплые непромокаемые рукавицы с синтетическим наполнителем.

Также подойдут горнолыжные перчатки.

Шерстяные рукавички лучше не брать, они продуваются ветром и быстро промокают от снега. От шарфов лучше отказаться в пользу теплых баффов для защиты шеи и лица.

## 4. Термобелье

Удобное и комфортное, используется как первый (ближе к телу) слой вашей одежды.

## 5. Комплект одежды для "дома"

У вас всегда должна быть возможность переодеться в сухое после прогулки.

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru