
Одежда и обувь

Флисовая кофта
Ветровка
Удобные штаны
Шорты
Футболки (2-3 шт)
Носки (2-3 пары)
Легкая шапочка, кепка, панама
Перчатки
Дождевик
Удобная разношенная обувь (кроссовки/ трекинговые ботинки)
Сменная обувь (для гостиницы)

Снаряжение

Маленький рюкзак (для мелких вещей типа бутылки с водой, крема и тд)
Бутылочка для воды (0,5 л)
Сидушка
Документы (паспорт, полис)
Фото и видео аппаратура (по желанию)

Средства защиты и гигиены

Солнцезащитные очки
Солнцезащитный крем
Средства личной гигиены
Личная аптечка