

---

- Куртка-ветровка
- Дождевик
- Свитер
- Удобная спортивная обувь
- Тонкие шерстяные носки
- Х/б носки
- Запасной комплект нижнего белья
- Бейсболка или кепка
- Тонкие перчатки
- Купальный костюм (по сезону)
- Солнечные очки (по желанию)
- Крем от солнца и ветра
- Личный спальный мешок
- Предметы личной гигиены
- Телефон+зарядка
- Фонарик
- Деньги и документы
- Средства от насекомых
- Личная аптечка (если требуется)