

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «На каяках по Лофотенским островам»

**Место:** Европа,  
Норвегия

---

## Одежда и обувь

Легкая обувь (тапки, спортивные сандалии) для повседневного использования

Трекинговые ботинки (полувысокие, с жесткой подошвой)

Невысокие резиновые сапоги или галоши (удобно в каяке, в кемпинге, во время дождей)

Нижнее белье (8 смен)

Носки (8-10 пар)

Футболка и рубашка (5 смен)

Флисовый костюм

"Дышащая" куртка с капюшоном и такие же штаны

Шапочка и перчатки

Шорты

Легкие брюки

Купальник

Пуховая жилетка или куртка из толстого полартека

Шерстяные изделия брать НЕЛЬЗЯ! Они быстро набирают влагу, высушить их очень тяжело.

## Снаряжение и личные вещи

Крепкая сумка-баул

Маленький городской/трекинговый рюкзачок (не более 30 л)

Плоская нагрудная сумочка (для денег и документов)

Фото и видео аппаратура должна быть герметично упакована в кофры

Зарядки для телефонов, фото и видео камер

Нож складной

Термос (0,5 л)

## Средства защиты и гигиены

Два маленьких полотенца

Средства личной гигиены

Солнцезащитные очки в жестком чехле

Крем от солнца (+50 единиц)

Крем для рук увлажняющий

Личная аптечка (пластырь в рулоне и мозольный, бинт стерильный, ватные палочки, йод, зеленка, обезболивающее, сердечное, шипучий аспирин УПСА с вит."С", шипучее жаропонижающее, но-шпа, лоперамид)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru