

СНАРЯЖЕНИЕ

Тур: «На лыжах по Карелии, 3 дня»

Место: Россия и СНГ, Карелия

Что взять с собой

Паспорт, страховой медицинский полис (можно ксерокопию)

Термобельё (штаны и кофта).

Удобная тёплая спортивная одежда. Оптимальный вариант – костюм для сноуборда или горных лыж.

Рекомендуем не приезжать в джинсах, т.к. они сковывают движения и не греют.

Флисовая кофта или свитер.

На ногах должны быть носки (тонкие х/б + обязательно тёплые шерстяные носки).

Перчатки и шапка.

Комплект запасного нижнего белья для ночевки

Удобные шорты/спортивные штаны и футболка для ночевки

Тапочки или тёплые носки для ночевки

Купальник (если он вам необходим), для бани

Сланцы/сандалии спортивные, для бани

Средства личной гигиены

Индивидуальную аптечку

Рекомендуем всегда иметь при себе небольшую сумму наличных, чтобы при желании можно было быстро купить необходимые вещи на остановках по маршруту.

Рекомендуем иметь небольшой рюкзак, в который вы можете убрать тёплую жилетку или дополнительную куртку. Во время движения на лыжах вы должны быть одеты по погоде (обычно это костюм для горных лыж или сноуборда), однако во время остановок вам может быть прохладно. В эти моменты пригодится дополнительная жилетка или куртка.

Лыжные ботинки рекомендуем надевать на шерстяные носки.

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru