
2 комплекта "приличной" (не спортивной) одежды для прогулок по городам, экскурсиям
1 комплект спортивной одежды для активных прогулок и экскурсий (желательно синтетическая)
Кроссовки/спортивные сандалии (подошва должна быть с протектором)
Головной убор
Спортивная теплая кофта (из флиса)
Куртка ветрозащитная
Накидка от дождя (дождевик)
Чемодан/дорожная сумка/рюкзак (вещей по минимуму)
Небольшой рюкзак для ценных вещей
Загранпаспорт и деньги
Фотоаппарат или видеокамера с зарядными устройствами (по желанию)
Крем от загара (не путать с кремом для загара, фактор защиты 20 и более)
Пластырь бактерицидный
Пластырь мозольный (моток)
Помада гигиеническая (от обветривания)
Лекарства от своих заболеваний (если такие имеются)