

Снаряжение

- налобный фонарь
- рюкзак 30-35 литров для радиальных выходов
- термос

Одежда

Ко всему нижеперечисленному можно мысленно добавлять "тёплый/ое/ую"

- головной убор, закрывающий уши
- шарф-труба флисовый
- термобельё (штаны и футболка с длинным рукавом - 2 комплекта)
- флиска или толстовка, желательно с капюшоном (2 шт)
- зимняя куртка (пуховая типа "Аляска", обязательно с капюшоном и прикрывающая попу). Сгодится горнолыжная или сноубордическая одежда, соответствующая этим описаниям.
- зимние штаны (аналогичные куртке по теплоизоляционным свойствам)
- зимние перчатки или варежки (можно толстые флисовые - 2 пары)
- верхонки (это специальные варежки, надеваемые поверх перчаток, чаще всего из ветрозащитной ткани)
- трусы (2-4 шт)
- носки повседневные (5-6 пар)
- носки утеплённые (можно флисовые) (2 пары)
- зимняя обувь (лучше - трекинговые ботинки с высоким берцем)
- комплект городской зимней одежды, включая обувь (для ношения в гостинице и самолёте)