
Треккинговая обувь (ботинки, кроссовки)
Ветро- и влаго-защитные куртка и брюки
Флисовая кофта
Шорты
Легкие кроссовки (тапочки, кеды)
Футболки
Перчатки тонкие
Носки (2-3 пары)
Купальный костюм (по желанию)
Головной убор от солнца
Рюкзак для вещей и накидка от дождя для него
Спальник (для горных приютов)
Фото-видеоаппаратура с зарядными устройствами
Карманный нож
Бутылка для воды (фляжка)
Предметы личной гигиены (паста, щетка, шампунь и т.д.)
Солнцезащитные очки и крем
Бальзам для губ
Личная аптечка
Деньги на карманные расходы
Загранпаспорт, виза, страховка (полис ОМС)