

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Турция без рюкзаков. Сокровища Ликийской тропы»

**Место:** Европа, Турция

---

Палатка

Рюкзак с накидкой от дождя

Спальник (температура комфорта 0...-5С).

Температура воздуха ночью в палатке +4...+9С (горная часть), +10...+12С (морская часть).

Каремат

Подпопник

Шапка, перчатки

Кепка / панамка

Куртка. Температура воздуха рано утром и поздно вечером в горной части маршрута +8...+12С.

Флиски

Футболка

Легкая рубашка с длинным рукавом. Рубашка защитит от обгорания руки и шеи.

Ходовые брюки

Нижнее белье

Носки

Треккинговые кроссовки

Обувь для ходьбы в лагере.

Купальник

Непромокаемая одежда или дождевик

Трекинговые палки. Палки значительно снижают нагрузку на колени. Физически крепким и здоровым туристам мы рекомендуем иметь с собой палки. Туристам, у которых есть проблемы с коленями, суставами и лишним весом, трекинговые палки иметь **ОБЯЗАТЕЛЬНО**.

Паспорт / свидетельство о рождении ребенка. Обязательно иметь оригинал документов (не копию).

Фотоаппарат, видеокамера

Туалетные принадлежности (зубная щетка, зубная паста, мыло, шампунь, бритва, полотенце)

Расческа

Солнцезащитные очки

Пластиковая бутылка 1-1,5 л (для питьевой воды на маршруте)

Солнцезащитные очки

Туалетная бумага

Тарелка, кружка, ложка.

Тарелка и кружка должны быть не бьющимися (пластиковыми или железными).

Фонарик

Влажные салфетки

Нитка, иголка

Солнцезащитный крем, гигиеническая помада

Индивидуальная аптечка. Обязательно: эластичный бинт, пластырь.

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru