

СНАРЯЖЕНИЕ

Тур: «Горный лагерь
Уллу-Тау. Приэльбрусье»

Место: Россия и СНГ,
Кавказ

-
- Палатка
 - Рюкзак / сумка / чемодан для вещей
 - Спальник (температура комфорта 0...-5С). Температура воздуха ночью в палатке +4...+9С.
 - Каремат
 - Подпопник
 - Шапка, перчатки
 - Кепка / панамка
 - Куртка. Температура воздуха рано утром и поздно вечером +8...+12С.
 - Флиски
 - Футболка
 - Легкая рубашка с длинным рукавом. Рубашка защитит от обгорания руки и шею.
 - Бафф. Защищает шею от обгорания, можно использовать как головной убор.
 - Ходовые брюки
 - Нижнее белье
 - Носки
 - Треккинговая обувь
 - Обувь для ходьбы в лагере. Утром и вечером в лагере влажная от росы трава. Рекомендуем иметь закрытую обувь, например, калоши
 - Купальник
 - Для девушек по желанию: платье для фотосессии на фоне гор =))
 - 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, треккинговые палки иметь **ОБЯЗАТЕЛЬНО**. При необходимости, клуб предоставляет треккинговые палки в прокат.
 - Паспорт / свидетельство о рождении ребенка. Обязательно иметь оригинал документов (не копию).
 - Фотоаппарат/видеокамера. В нескольких ущельях по маршруту, которые входят в пограничную зону, запрещено использовать для съемок квадрокоптер.
 - Туалетные принадлежности (зубная щетка, зубная паста, мыло, шампунь, бритва, полотенце)
 - Расческа
 - Солнцезащитные очки
 - Пластиковая бутылка 0,5 л (для питьевой воды на маршруте)
 - Туалетная бумага
 - Тарелка, кружка, ложка. Тарелка и кружка должны быть не бьющимися (пластиковыми или железными).
 - Фонарик
 - Влажные салфетки
 - Нитка, иголка
 - Рюкзак для прогулок (объем 20-25 литров). В рюкзаке находятся личные вещи туриста (флиски,

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru

дождевик, бутылка с водой и т. д.), а также общественные продукты на обед, которые выдает инструктор (вес продуктов 400-600 грамм).

- Портативное зарядное устройство Power Bank для подзарядки мобильного телефона (не обязательно)
- Солнцезащитный крем, гигиеническая помада
- Защитный крем от укусов насекомых. По вечерам могут быть комары. Клещей нет.
- Индивидуальная аптечка. Обязательно: эластичный бинт, пластырь.

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru