

# 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
  - Трекинговая 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, трекинговые палки иметь **ОБЯЗАТЕЛЬНО**. При необходимости, клуб предоставляет трекинговые 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](mailto:info@pro-adventure.ru)