
Одежда и обувь:

Ветровка

Штаны спортивные или джинсы

Футболки

Свитер и/или флиски

Носки шерстяные

Носки х/б

Нижнее белье

Тёплая куртка

Тёплая ботинки

Накидка от дождя либо мембранная ветровка и штаны

Кепка / шапка / бандана

Удобная обувь (кроссовки с нескользкой подошвой)

Тапочки / сандалии (по желанию)

Снаряжение и личные вещи

Рюкзак или чемодан для вещей (желательно, чтобы был не большой, так как места для багажа в машине не много)

Паспорт

Спортивная страховка (делается самостоятельно перед поездкой)

Деньги на карманные расходы.

Средства защиты и гигиены

Личная аптечка

Умывальные принадлежности

Полотенце

Влажные салфетки, платки и пр.

Гигиеническая помада, крем для рук и лица