

-
- Медицинские препараты для индивидуальных нужд;
 - документы: паспорт, страховой медицинский полис;
 - удобная спортивная обувь:
 - спортивную одежду для холодной погоды: куртку теплую ветрозащитную, водонепроницаемую, теплый спортивный костюм (толстовка, штаны), футболки с длинным и коротким рукавом.
 - купальные принадлежности, резиновые тапочки;
 - для рафтинга — толстые шерстяные носки, флисовая кофта