
Одежда и обувь

Кепка / панамка
Куртка (температура воздуха рано утром и поздно вечером +10...+15С)
Флиски
Футболка
Ходовые брюки
Шорты
Нижнее белье
Носки
Кроссовки
Шлепки
Купальник
Непромокаемая одежда или дождевик

Снаряжение и личные вещи

Подпопник
Паспорт / свидетельство о рождении ребенка (оригинал документов - не копию!)
Герметичная упаковка для документов
Фотоаппарат, видеокамера, зарядные устройства
Пластиковая бутылка 0,5 л (для питьевой воды на маршруте)
Кружка, ложка, нож (на обед в горах будет чай, не бьющаяся кружка)
Нитка, иголка
Рюкзак для прогулок (15-20 литров)

Средства защиты и личной гигиены

Расческа
Солнцезащитные очки
Туалетная бумага
Сушилки для обуви
Солнцезащитный крем, гигиеническая помада
Индивидуальная аптечка. Обязательно: эластичный бинт, пластырь.
Средства личной гигиены