

## СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Тур по Дагестану с комфортом, 4 дня»

**Место:** Россия и СНГ, Дагестан

---

!!ВАЖНО: в Дагестане не принято ходить в одежде выше колена как мужчинам, так и женщинам. Также не выбирайте обтягивающую одежду, короткие топы, оголяющие живот, короткие платья.

- Треккинговая обувь (не путать с кедами и балетками!). Подойдут кроссовки для треккинга или бега по пересечённой местности. Посмотрите фирмы Salomon, Asics, Saucony и т.п. Подошва должна быть достаточно толстая с глубоким протектором.

- Брюки для прогулок. Отлично подойдут х/б брюки для треккингов. Джинсы- не удобный вариант. Они не тянутся и долго сохнут в случае если намокнут.

- Спортивные футболки, 2 шт. Очень рекомендуем брать синтетические спортивные. Они дышат и быстро сохнут. Так ваша спина остается сухой. Также они не натирают в случае когда вы вспотели.

- Ветровка
- Флисовая кофта
- Накидка от дождя или мембранная курточка
- Кепка, крем от загара, солнечные очки
- Личная аптечка

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru