

Снаряжение

Заграничный паспорт и медицинская страховка («для выезжающих за рубеж»)

Обувь - удобные треккинговые ботинки для походов (лучше всего высокие туристические ботинки с рельефной подошвой), как альтернатива - берцы - ботинки «армейского» образца. А также обычная обувь для поездок

Верхняя одежда - хорошая теплая куртка, желательно из ветрозащитной, влагоотталкивающей мембранной ткани. Если таковой нет, - подойдет и горнолыжная куртка

Термобелье для средней активности

Термоноски обязательно и лучше две пары (одни шерстяные!) или просто шерстяные носки

Флисовая кофта или свитер

Outdoor-штаны из мембранной ткани или плотной х/б. Подойдут и плотные джинсы

Вязаная шапочка или кепка «с ушами»

Вязаные шерстяные перчатки

Палатка (одна на 2-3 чел) - можно арендовать у организатора

Спальный мешок - можно арендовать у организатора

Туристический коврик - можно арендовать у организатора

Хоба (сидушка)

Термос (на 2-3 чел)

КЛМН (кружка, ложка, миска, нож)

Средства личной гигиены

Фото- и видеоаппаратуру

Купальные принадлежности (по желанию)

Личная аптечка (если есть какие-то «личные» заболевания, которые могут обостриться)

Деньги на карманные расходы, питание на паромах и сувениры: не менее 1000 норвежских крон и 100 евро. Практически везде можно расплачиваться банковской картой.