

---

Рюкзак/сумка; тёплый головной убор, закрывающий уши; (возможно «подшлемник х/б», закрывающий лоб, нос и рот от ветра и мороза); шарф; непромокаемые рукавицы (или 2 пары на смену); валенки ( или забронировать в аренду); 2-3 пары шерстяных носков; удобная тёплая верхняя одежда, не стесняющая движения; тёплый спортивный костюм; шерстяное трико; сменный комплект термобелья. 🚿 Купальник/плавки (бани бывают разные!)

Не забудьте: Предметы личной гигиены (умывальный набор, расческа, походное полотенце, туалетная бумага), личная аптечка, фонарь, фото/видео аппаратура (в непромокаемом чехле).

Внимательно относитесь к выбору обуви: теплая и позволяющая двигаться по зимним лесным тропам (экскурсии к природным объектам).

Для посещения бассейна: полотенце, шапочку, умывальные принадлежности, сланцы.

Для горнолыжников: горнолыжный костюм, термобелье, солнцезащитные очки/маска, балаклава, перчатки.

Можно взять на прокат – горные лыжи, сноуборд, ботинки для лыж и сноуборда, шлем, палки.

Необходимо иметь с собой личные документы, а также полис обязательного медицинского страхования