

## СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Велотур Барвиха-Лохин остров»

**Место:** Россия и СНГ,  
Подмосковье

---

1. Исправный велосипед, шлем , задний маячок красного цвета. !!Не подойдут складные велосипеды !! В идеале-горные. Прогулочные со сликами (не зубастым протектором) будут не очень удобны, но возможны. Крайне желательно чтобы велосипед был со скоростями, иначе в горки будет сложновато заехать.
2. Бутылку с водой (минимум 1 литр)
3. Одежда - смотрим по погоде: ветровка, флиска, кепка от солнца, кроссовки (не балетки, а именно спортивные кроссовки). Обувь должна быть с закрытыми носами. Ехать лучше в тайтсах или штанах, которые не попадут в цепь. Можно использовать специальный зажим для брюк. Одежду нужно корректировать по погоде. Важно всегда иметь в запасе минимум один слой одежды на утепление (ветровка/флиска/терма). Если будет вероятность дождя, то можно взять накидку. При жаркой погоде можно ехать в шортах и футболке. Футболку лучше из синтетики, не хлопок.
4. Небольшой рюкзачок в котором вы повезёте свои вещи, воду, выданный ланч-бокс
5. Купальник, полотенце для желающих искупаться в реке (летом)
6. Сидушку (кусоч туристического коврика) на которой можно сидеть в лесу на полянке.
7. Рекомендуем взять очки от солнца или простые прозрачные (чтобы не попали в глаза мошки )
8. Крем от загара (летом)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru