

Одежда и обувь

Удобная походная одежда

Треккинговые ботинки (рифленая подошва, пропитка от намокания, разношенные)

Кроссовки

Теплая ветро-, водозащитная куртка с капюшоном

Теплые ветро-, водозащитные штаны

Теплый свитер (флис)

Теплые носки

Перчатки, теплые рукавицы

Теплая шапка

Легкий головной убор

Снаряжение и личные вещи

Рюкзак для восхождения (на 30-45 л)

Спальный мешок, комфорт от -5 до -10 (можно в аренду 100 руб/день-берите вкладыш)

Треккинговые палки (желательно)

Сидушка для сидения на камнях и шлаке (хоба)

Налобный фонарик

Фото- и видеокамера с зарядными устройствами+гермоупаковка

Копии всех документов в герметичной упаковке

Туристы переносят (при погрузке/разгрузке машины и установке лагеря) и отвечают за личное снаряжение (рюкзак, спальник) самостоятельно.

Средства защиты и гигиены

Банные и купальные принадлежности

Индивидуальная аптечка

Солнцезащитные очки

Солнцезащитные средства (крем)

Крем от комаров и мошки