

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Активный тур на зимний Байкал»

**Место:** Россия и СНГ, Байкал

---

Термобелье - футболка с длинным рукавом и кальсоны.

Кофта и штаны из флиса.

Ветрозащитные, утепленные куртка (с капюшоном) и штаны.

Теплая, непромокаемая обувь для ходьбы.

Шерстяные носки, трекинговые носки с добавлением шерсти или термоноски.

Ледоступы, кошки для гололёда или айсеры

Фонарики (гамашы, гетры, бахиллы)

Шапка

Балаклава, флисовый шарф-труба или флисовая полумаска для нижней части лица

Перчатки - 2 пары

Варежки с пуховым, шерстяным или синтетическим утеплителем.

Очки солнцезащитные **ОБЯЗАТЕЛЬНО**.

В ясные дни очки защищают глаза от воздействия солнечных лучей, которые могут обжечь внешние слои глаза.

Снег отражает до 80% солнечных лучей. Когда солнечный свет отражается от снега, он становится очень ярким и сопровождается интенсивным блеском, из-за которого затруднительно смотреть.

Солнцезащитный крем, гигиеническая помада

Рюкзак для прогулок (объем 20-25 литров). В рюкзаке находятся личные вещи туриста, а также общественные продукты на обед, которые выдает инструктор (вес продуктов 400-600 грамм).

Подпопник

Термос (объем не менее 1 л на человека)

Кружка, ложка

Фонарик

Туалетная бумага

Для ходьбы на турбазе: спортивные брюки, Футболка, шлепки

Нижнее белье

Паспорт / свидетельство о рождении ребенка

Фотоаппарат/видеокамера

Туалетные принадлежности (зубная щетка, зубная паста, шампунь, бритва)

Расческа

Нитка, иголка

Сушилки для обуви. Поскольку практически весь день мы проводим на улице, то к вечеру обувь становится влажной, ее необходимо просушивать.

Индивидуальная аптечка

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru