СНАРЯЖЕНИЕ

Тур: «Зимний поход по льду Байкала»

Место: Россия и СНГ, Байкал

Снаряжение для похода по льду Байкала

От качества и надежности экипировки и снаряжения зависит наша с вами уверенность и комфорт при различных погодных условиях и ситуациях походной жизни.

Основное снаряжение:

Рюкзак – 35-50 л;
Небольшой рюкзак 15-20 л для радиальных выходов;
Сидушка - незаменимая вещь в походе: сиди где хочешь и на чём хочешь;
Очки - горнолыжные для защиты от ветра и солнца;
Шлем - рекомендуем сноубордический шлем. Это обязательный элемент снаряжения!
Защитные наколенники - Подойдут наколенники для роликов. Это обязательный элемент снаряжения!
Гамаши - туристические бахилы представляют собой чулок из плотной ткани, который надевается поверх ботинок, защищает от ветра и снега;
Коньки - для передвижения по льду (предоставляются);
Лыжные палки – чтобы отталкиваться от льда, как на лыжах, при коньковой езде (предоставляются);
Рыбацкие шипы - другое название - ледоходы, для комфортного перемещения по льду (продаются в Спортмастере или рыбацких магазинах)
Треккинговая обувь - удобные ботинки с мембраной и запасом на 1-2 размера, также ботинки должны иметь жёсткий и высокий голеностоп, чтобы прочно держать ногу. "Встроенный" утеплитель не обязателен: достаточно купить стельку из войлока и носить с шерстяным или очень плотным носком. Не стесняйтесь спросить у нас совет по выбору треккинговых ботинок! :) Отнеситесь к выбору обуви очень ответственно - это одна из важнейших составляющих снаряжения в зимнем походе.
Сменная обувь – шлепки или сандалии для турбазы;
Фонарик – особенно удобен налобный. Обязательно!

Одежда – список самого необходимого, что обычно берут в походы:

Куртка теплая с капюшоном, температурный режим до -15, надевается во время стоянок поверх легкой куртки;
Термобелье средней толщины;
Флисовая кофта или джемпер;
Куртка легкая ветрозащитная, для активного перемещения по льду куртка должна быть из мембраны, для интенсивного отвода влаги от тела. В тот же момент она должна быть плотной для защиты от ветра. Очень хорошо в этом плане подойдет плотный анарак;
Штаны утепленные непродуваемые с флисовым утеплителем, непродуваемые, но хорошо отводящие влагу;
Носки шерстяные
Носки треккинговые или махровые 2-3 пары;

Шапка непродуваемая (материал винблок или шапка из плотной непродуваемой ткани);
Бафф теплый или шарф;
Балаклава или подшлемник (материал: флис для лучшей теплоизоляции головы);
Перчатки теплые (горнолыжные) + флисовые по желанию, надеваются поверх флисовых перчаток;
Купальный костюм (для бани)
Одежда для гостиницы (для сна).

Предметы личной гигиены:

Зубная паста и щетка, мыло твердое или маленький флакон жидкого, шампунь;
Туалетная бумага, гигиенические салфетки;
Гигиеническая губная помада (пригодится даже мужчинам);
Легкое небольшое полотенце.

Другое:

Посуда пластиковая термостойкая или металлическая – кружка, ложка, миска, складной нож. Никакого стекла!
Аптечка – у инструктора всегда есть с собой групповая аптечка, но обязательно возьмите с собой лекарственные препараты с учетом личных особенностей организма, 2 эластичных бинта, ацикловир, капли от насморка, таблетки от горла и кашля, средства от хронических заболеваний;
Термос (0,5 - 1 л);
Солнцезащитный крем от 50SPF;
Влагозащищенная сумка для денег и документов.