

СПИСОК ВЕЩЕЙ

- непродуваемая и непромокаемая верхняя одежда/дождевик+куртка
- удобные плотные брюки и/или джинсы
- легкие брюки
- шорты
- 3-4 футболки
- флисовая кофта, джемпер или свитер (2 шт)
- теплые и легкие носки (4-5 пар)
- удобная трекинговая обувь с хорошим протектором, кроссовки или кеды для прогулок
- домашняя одежда
- рюкзак для радиальных экскурсий (чтобы уместить кружку, воду, дождевик, вещи необходимые для выезда на день)
- набедренная пенка - хоба (по желанию)
- палки для ходьбы (по желанию)
- термокружка или термос
- головной убор (можно панаму с сеткой – накомарник)
- крем от солнца, солнцезащитные очки
- репеллент
- купальный набор (шлепки, небольшое полотенце, купальный костюм)
- фляжка или бутылка для питьевой воды
- косметические принадлежности и средства личной гигиены
- аптечка
- камера или фотоаппарат – по желанию ☺