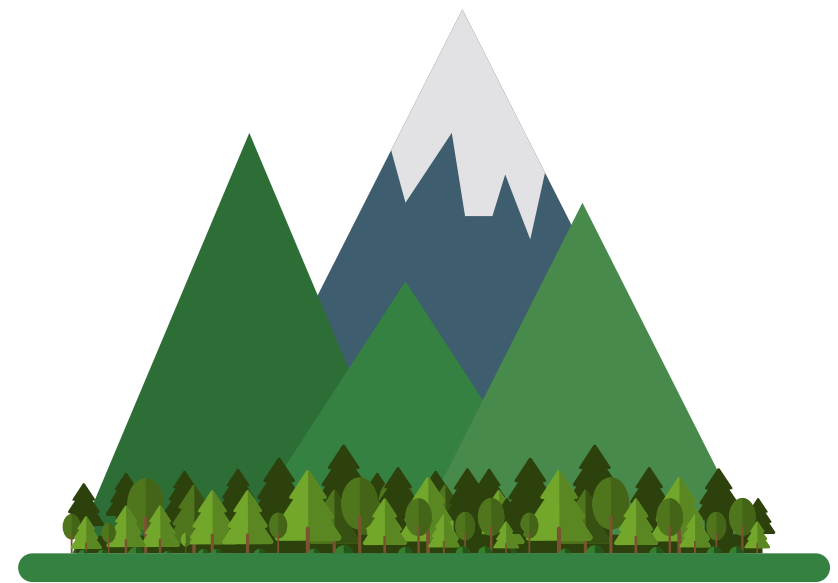


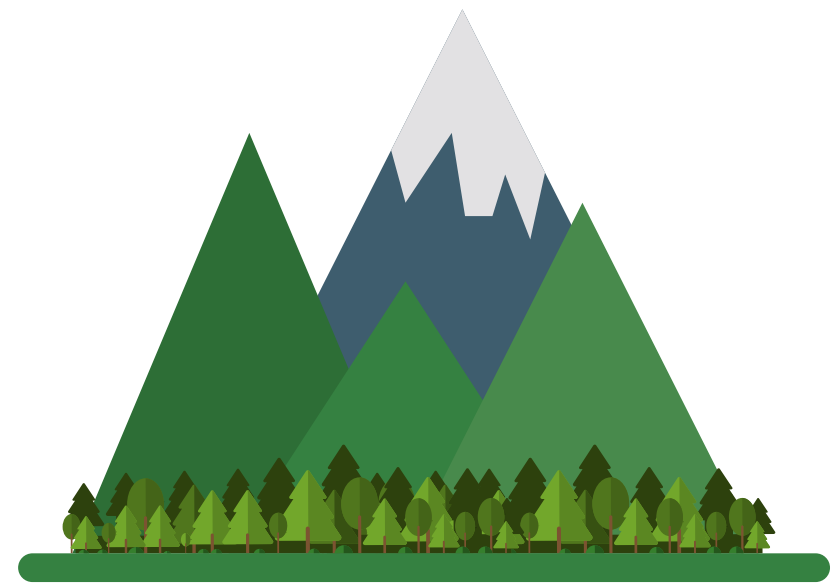
ВЗЯТЬ С СОБОЙ В ГОРЫ

Чтобы было сухо, тепло и
комфортно



- мембранная куртка
- мембранные штаны
- флисовая кофта
- лёгкая кофта с длинным рукавом
- футболка с коротким рукавом
- пуховая куртка (по сезону)
- ходовые брюки
- шорты (по сезону)
- термобельё
- трекинговые носки
- неопреновые носки
- носки для сна
- несколько смен нижнего белья

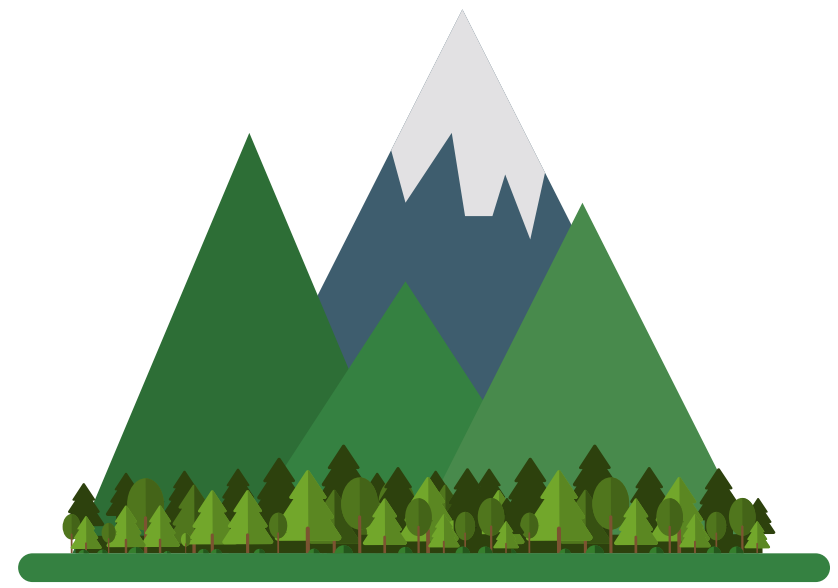
ВЗЯТЬ С СОБОЙ В ГОРЫ



Чтобы было сухо, тепло и комфортно

- перчатки
- шапка/кепка
- бафф
- купальник/плавки (по сезону)
- дождевик
- трекинговая обувь
- обувь для лагеря (кроссовки, сандалии)
- гамаши
- трекинговые палки
- рюкзак с накидкой от дождя
- палатка
- спальный мешок
- туристический коврик (пенка, каремат)

ВЗЯТЬ С СОБОЙ В ГОРЫ



Чтобы было сухо, тепло и комфортно

- сидушка
- налобный фонарь с запасными батарейками
- солнцезащитные очки
- кружка, ложка, миска, нож
- бутылка для воды
- термос
- личная аптечка
- зажигалка /непромокаемые спички
- средства гигиены: зубная щётка, паста, мыло, шампунь, влажные салфетки
- солнцезащитный крем и бальзам для губ
- средства от насекомых
- полотенце
- гермочехлы для документов и электроники