

ЧТО БРАТЬ С СОБОЙ В ПОХОД С НОЧЕВКОЙ НА 2-3 ДНЯ



Ваш чек-лист



СНАРЯЖЕНИЕ

- Рюкзак штурмовой 30-35 литров
- Пенка туристический коврик, коврик пенополиуретановый, каремат
- Спальник весенне-осенний температура комфорта -5* С
- Подпопник пендаль, хоба, пенозад, сидушка туристическая
- Фонарик налобный светодиодный
- Рюкзак или спортивная сумка

ЛИЧНЫЕ ВЕЩИ

- Полиэтиленовые или другие непромокаемые мешки
- Паспорт
- Деньги
- Термос (0,5л.-1л.)
- Фотоаппарат
- Набор посуды (КЛМН)
- Пластиковая бутылка
- Индивидуальная аптечка
- Предметы личной гигиены
- Лёгкое полотенце
- Телефон в герметичном мешке
- Банное

ОДЕЖДА

- Одежда для сна
- Нижнее бельё
- Плавательный костюм купальник, плавки
- Термобельё
- Штаны нижние ходовые лосины, рейтузы, термобельё
- Штаны теплые для вечера флисовые или полартек
- Шорты
- Носки или термоноски
- Футболка
- Теплая флисовая кофта с горловиной плотный шерстяной свитер
- Куртка непродуваемая и непромокаемая штормовка/мембрана/горнолыжная
- Перчатки
- Головной убор панамка, бандана, кепка, шляпа
- Накидка от дождя с капюшоном
- Шлёпки (сандалии)
- Кроссовки
- Удобные штаны
