

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Автотур по Киргизии»

**Место:** Россия и СНГ, Киргизия

---

## Одежда и обувь

1 комплект "приличной" (не спортивной) одежды для прогулок по городам и ужинов в кафе  
Головной убор (платок, панاما, кепка)  
Шапка теплая из флиса (для высокогорных районов, выше 2500 м)  
Футболка с длинным рукавом/рубашка с воротником  
Кофта теплая из флиса (на вечер)  
Куртка ветрозащитная (болоньевая, водостойкая, с капюшоном)  
Брюки ходовые (на каждый день)  
Шорты  
Брюки ветрозащитные  
Тапки легкие (ходить в юрточном лагере и на привалах)  
Желательно трекинговые кроссовки с толстой подошвой  
2-3 пары носков  
Накидка от дождя (дождевик)

## Снаряжение и личные вещи

Маленький рюкзачок для мелочей  
КЛМН в мешочке (кружка, ложка, миска, нож)  
Фонарик + запасные батарейки  
Бутылка 0.5 л для воды

## Средства защиты и гигиены

Очки с УФ защитой  
Гигиенические принадлежности (зубная щетка, бритва, мыло, паста, туалетная бумага, полотенце)  
Солнцезащитный крем (фактор защиты 25 и более)  
Пластырь бактерицидный  
Пластырь мозольный (моток)  
Помада гигиеническая (от обветривания)  
Лекарства от своих заболеваний (если такие имеются)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru