

## СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Треккинг в Домбае, 8 дней»

**Место:** Россия и СНГ, Кавказ

---

Треккинговые ботинки с протектором, либо кроссовки типа «Salomon Speed Cross» (кроссовки для бега без протектора категорически не подходят). Обувь обязательно должна быть разношенной, не новой.

Рюкзак 25-30 литров для походов.

Треккинговые палки (у кого нет, можно взять лыжные).

Дождевик, лучше не одноразовый, или мембранная куртка.

Ветровку.

Шорты спортивные.

Футболку синтетическую для бега/занятий спортом для походов.

Спортивные брюки синтетические, можно тайтсы или леггинсы. Одежда для походов не должна быть Х/Б, она должна быстро сохнуть и быть удобной.

Солнцезащитные очки и крем. Солнце в горах очень активно.

Головной убор от солнца: кепку / панаму / бандану

Одежду по сезону.

Личную аптечку и средство от укусов насекомых (при необходимости)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru