

# СНАРЯЖЕНИЕ

**Тур:** «Восхождение на Арарат»

**Место:** Европа, Турция

---

Список снаряжения (рекомендуемый):

Одежда:

- комплект термобелья
- куртка пуховая на -15°C
- куртка и штаны ветрозащитные (гортекс, капрон)
- накидка от дождя (можно не брать, если у вас мембранные или влагостойкие куртка и штаны)
- куртка и штаны полартековые/флисовые
- брюки трекинговые легкие (для трекинговой части)
- футболка или рубашка трекинговая
- носки трекинговые теплые
- носки трекинговые тонкие 2 комплекта
- перчатки до -15°C
- рукавицы теплые
- шапка поларовая/флисовая
- кепка, панама или бафф
- фонарики (гетры/гамаши)

Обувь:

- ботинки трекинговые
- сменная обувь для лагеря

Специальное снаряжение:

- палки трекинговые
- очки солнцезащитные

Туристское снаряжение:

- рюкзак на 90 литров или туристический баул
- маленький рюкзак на 30-40 литров для восхождения
- накидка на рюкзак от дождя
- спальник на -10-15°C
- фонарь налобный + запас батареек
- термос
- сидуха (хоба)

Гигиена и медицина:

- туалетная бумага
- влажные салфетки
- крем от загара + крем (помада) для губ солнцезащитный
- зубная щетка, зубная паста, жевательная резинка
- мыло
- личная аптечка (смотрите раздел «Страховка и медицина»)

8 (499) 110-40-13

info@pro-adventure.ru