

Треккинг к легендарной Белухе. **Снаряжение**

[Перейти в каталог](#)

Одежда

Штаны трекинговые легкие, из синтетики - 1 пара

- Футболка для движения, ходовая- 2 штуки (минимум 1 с длинным и 1 с коротким рукавом, из влагоотводящей, быстросохнущей синтетики; НЕ рекомендуются рубашки, футболки из хлопка)
- Флисовая кофта для движения - 1 штука (вес флиса от легкого до среднего)
- Теплый свитер для лагеря или длительных привалов - 1 штука (либо пуховка с натуральным или синтетическим утеплителем; как вариант - вторая толстая флиска; НЕ рекомендуются вязаные шерстяные и меховые вещи)
- куртка/пуховик с капюшоном (ветровка, мембрана от дождя)
- Дождевик (НЕ рекомендуется одноразовый пластиковый)
- Теплая шапочка из синтетики - 1 штука
- Перчатки из синтетики, ходовые- 1 пара
- Трекинговые носки для движения - 2-3 пары
- Теплые носки для сна - 1 пара
- Нижнее белье спортивное для движения - 2 комплекта
- Комплект белья для сна (термобелье, или обычная футболка и кальсоны)
- Головной убор для движения - (шляпа, кепка; как вариант - бандана) 1 шт

[Перейти в каталог](#)

Обувь

- Обувь трекинговая для движения - 1 пара (разношенные легкие или средние трекинговые ботинки или кроссовки)
- Сменная лёгкая обувь для лагеря и перехода рек в брод - 1 пара ("кроксы" или легкие сандалии; НЕ рекомендуются шлепки "вьетнамки" без крепления в области пятки), сапоги из материала Evo (для лагеря/мокрой погоды)

[Перейти в каталог](#)

Бивак

- Солнечные очки с фактором защиты от УФ лучей UV400
- Солнцезащитный крем для лица и рук с фактором защиты SPF 50
- КЛМН - кружка, ложка, миска, нож - (пластик, алюминий, нержавейка или титан; НЕ рекомендуется фарфор, стекло)
- Емкость для воды (фляга/бутылка пластиковая или металлическая, 0.5-0.7л /гидратор) - 2 бутылки
- Сидушка
- Средства личной гигиены (зубная щётка и паста, туалетная бумага, небольшой флакон шампуня или жидкого мыла на 1-2 применения, маленькое полотенце; НЕ рекомендуются дезодоранты, духи, косметика и избыточное количество средств для мытья и ухода за кожей)
- Пластырь рулонный (заклеивать мозоли)

- Индивидуальные лекарства (в небольшом количестве)
- Фонарик налобный лёгкий
- Рюкзак лёгкий на 20-30 литров для радиальных выходов