



Список вещей для путешествия к Мультиным озёрам без тяжелых рюкзаков

Ниже мы приводим список необходимого снаряжения с нашими комментариями.

Удачных сборов и не забудьте хорошее настроение!

Личные вещи

<input type="checkbox"/>	Документы		Обязательно: паспорт и свидетельство о рождении ребенка, не достигшего возраста 14-ти лет. Страховой полис. Упакуйте документы в герметичную упаковку, которая защитит их от влаги
<input type="checkbox"/>	Индивидуальная аптечка	1	Не забудьте медикаменты, касающиеся ваших индивидуальных заболеваний и особенностей организма
<input type="checkbox"/>	Предметы личной гигиены, туристическое полотенце	Комплект	На личное усмотрение, включая туалетную бумагу
<input type="checkbox"/>	Термос 0,5-1 литр	1	Рекомендуется иметь термос для чая и теплой воды.
<input type="checkbox"/>	Набор легкой личной посуды	Комплект	Миска, кружка, ложка, нож
<input type="checkbox"/>	Солнцезащитный крем для лица	1	Фактор защиты не ниже 30
<input type="checkbox"/>	Очки солнцезащитные	1	Спортивные очки с защитой от UV

Одежда и обувь

<input type="checkbox"/>	Ботинки или кроссовки для треккинга	Пара	Легкая и удобная обувь для подхода по лесной зоне. Обувь с достаточно жестким мысом, для защиты пальцев. Желательно, чтобы ботинки закрывали и фиксировали голеностоп. Если обувь новая - разносите её до похода и проследите, чтобы она не натирала мозоли
<input type="checkbox"/>	Шлёпки или сланцы	Пара	Для отдыха в лагере и походов в баню
<input type="checkbox"/>	Нижнее бельё	Комплект	
<input type="checkbox"/>	Носки тонкие и теплые	Кол-во индивидуально	Если есть возможность, мы рекомендуем приобрести специализированные треккинговые носки для дневной активности
<input type="checkbox"/>	Футболка для зоны леса (спортивная синтетика)	2	Футболка должна закрывать плечи. Мы не рекомендуем брать с собой открытые майки: плечи и другие незащищенные участки тела могут повредиться о ветки или обгореть на солнце
<input type="checkbox"/>	Термобелье	1-2 комплекта	Можно взять 2 комплекта: легкий комплект на день и теплый на ночь
<input type="checkbox"/>	Куртка ветро и влагозащитная	1	Либо ветровка (не хлопок, из материала, который будет быстро высыхать на воздухе)
<input type="checkbox"/>	Плащ-дождевик	1	
<input type="checkbox"/>	Свитер флисовый	1	Материалы Polartec или Windblock. Шерстяной свитер не подходит
<input type="checkbox"/>	Утепленная куртка	1	Не нужно брать тяжелую объемную куртку. Подойдет легкая пуховка или куртка с синтетическим наполнителем
<input type="checkbox"/>	Штаны лёгкие	1	Удобные не сковывающие движения и быстросохнущие



<input type="checkbox"/>	Шапочка	1	На случай прохладных вечеров
<input type="checkbox"/>	Панама, кепка или бандана	1	Для защиты от солнца
<input type="checkbox"/>	По желанию: короткие резиновые сапоги из резины ЭВА	Пара	На случай дождливой погоды для передвижения по тропе, а также для лагеря
Снаряжение			
<input type="checkbox"/>	Рюкзак экспедиционный 90л или сумка дорожная.	1	<u>Предоставляется в аренду бесплатно, если нет своего.</u> Для транспортировки ваших вещей от транспорта до палаточного лагеря. Ваш чемодан можно оставить в камере хранения на базе в Мульте, а на время треккинга взять наш рюкзак
<input type="checkbox"/>	Рюкзак для радиальных выходов на 15-20 л	1	Во время дневных выходов от лагеря к озерам, чтобы сложить необходимые вещи: перекус, термос, дождевик и пр.
<input type="checkbox"/>	Спальный мешок	1	<u>Предоставляется в аренду бесплатно, если нет своего.</u> Упакованный спальный мешок советуем положить в большой плотный полиэтиленовый пакет, чтобы защитить его от влаги или в специальный гермомешок.
<input type="checkbox"/>	Треккинговые палки	пара	<u>Можно арендовать у нас: 1200 руб. на всё время путешествия.</u> Помогают при движении по горным тропам с перепадом высот
<input type="checkbox"/>	Коврик туристический	1	<u>Предоставляется в аренду бесплатно, если нет своего.</u> Пенополиуретановый, толщиной 0,8 - 1 см. Коврик для йоги не подходит.
<input type="checkbox"/>	Налобный фонарик	1	<u>Можно арендовать у нас: 700 руб. на всё время путешествия.</u> Для вечерних прогулок
<input type="checkbox"/>	Пенополиуретановая сидуха («хоба»)	1	<u>Можно арендовать у нас: 200 руб. на всё время путешествия.</u>
<input type="checkbox"/>	Мешки для упаковки личных вещей (30л-120л)	2-5 шт.	Пригодятся всегда