



Чек-лист снаряжения и одежды для осеннего треккинга в горах

Обязательно:

- Обувь: треккинговые ботинки или кроссовки
- Термобелье
- Синтетические носки
- Брюки
- Флисовая кофта
- Мембранная куртка
- Головной убор
- Солнцезащитные очки
- Бафф или балаклава
- Рюкзак до 30 литров
- Треккинговые палки
- Аптечка
- Легкий перекус
- Вода
- Телефон
- Павербанк

Не будет лишним:

- Горелка для приготовления обеда
- Термос с горячим чаем
- Коврик туристический
- Бинокль
- Нож
- Перчатки
- Гетры
- Дождевик
- Спасательное одеяло
- Аэрозоль от насекомых
- Питьевая система
- Полотенце
- Колонка



Чек-лист подготовлен
совместно с экспертами
спортивного магазина КАНТ

По вопросам треккинга:
Центр Активного Отдыха
Роза Долина 560 м, площадь Мзымта,
под Романовым мостом
+7 938 888 02 14