

«Заповедный Алтай»

Рекомендуемое личное снаряжение к туру «Чуйским трактом»:

1. Маленький рюкзак для ежедневных прогулок 18-36 л
2. Ботинки трекинговые или кроссовки трекинговые (разношенные, удобные) с нескользящей, рифлёной подошвой типа Vibram
3. Спортивные сандалии или кроссовки на смену
4. Сланцы/шлепанцы (для бани, номера)
5. Флисовая кофта
6. Ветрозащитная непромокаемая куртка
7. Дождевик плотный длинный
8. Брюки легкие, футболки
9. Бриджи или шорты
10. Х/б вещь с длинным рукавом для защиты рук от солнца
11. Полотенце, купальные принадлежности
12. Головной убор от солнца
13. Аптечка личная
14. Фляга (бутылка) для воды
15. Трекинговые носки (по желанию)
16. Маленький термос (по желанию)

Полезные мелочи:

- солнцезащитные очки, крем от загара с солнцезащитным фактором не ниже 30
- средства личной гигиены (зубная паста, щетка, мыло, влажные салфетки)
- спрей от клещей, комаров (их там немного)

Важное: документы (паспорт, медицинский полис), телефон и зарядное устройство к нему, фотоаппарат