

«Заповедный Алтай»
Рекомендуемое личное снаряжение к туру «Хан Алтай»:

1. Маленький рюкзак 18-36 л
2. Ботинки трекинговые или кроссовки трекинговые с нескользящей, рифлёной подошвой типа Vibram
3. Кроссовки на смену
4. Шлепанцы для бани, отдыха в номере
5. Флисовая толстовка 1-2 шт.
6. Пуховая жилетка или легкая пуховая куртка
7. Ветрозащитная непромокаемая куртка
8. Дождевик плотный длинный
9. Непромокаемые штаны
10. Брюки легкие 2-3 шт., футболки 3-4 шт.
11. Бриджи или шорты 1 шт.
12. Теплые носки
13. Трекинговые носки
14. Легкие перчатки для конной прогулки
15. Легкая шапочка
16. Полотенце, купальные принадлежности
17. Головной убор от солнца
18. Х/б вещь с длинным рукавом для защиты рук от солнца

Полезные мелочи:

- аптечка личная (лекарства, необходимые именно вам)
- фляга для воды или термос
- спрей от комаров или клещей
- солнцезащитные очки
- крем от загара с солнцезащитным фактором не ниже 30
- налобный фонарик типа Petzl
- сидуха - кусок туристического коврика с поясом, который удобно крепится на поясице и используется, чтобы сидеть на земле, камнях, мокрых бревнах и т.д.
- средства личной гигиены (зубная паста, щетка, мыло, т.б)

Важное: документы (**паспорт РФ**, медицинский полис), телефон, зарядное устройство к фотоаппарату