ALPINDUSTRIA

СПИСОК СНАРЯЖЕНИЯ ДЛЯ ДЛЯ ВОСХОЖДЕНИЯ НА ПИК ЛЕНИНА



ОДЕЖДА

- [ ] Термобельё тёплое
  Низ+верх
- [ ] Термобельё более тонкое
  Низ+верх
- [ ] Куртка тёплая пуховая
  С капюшоном
- [ ] Куртка мембранная
  Например, с мембраной Gore-tex
- [ ] Брюки мембранные
  Например, с мембраной Gore-tex
- [ ] Брюки пуховые самосбросы
- [ ] Брюки флисовые или софтшелл
- [ ] Кофта флисовая или софтшелл
  Например, из материала полартек
- [ ] Перчатки флисовые тонкие
- [ ] Перчатки с мембраной
- [ ] Рукавицы экспедиционные
- [ ] Треккинговые носки
  2-3 пары
- [ ] Тёплые носки
  В составе шерсть, 2-3 пары
- [ ] Балаклава
- [ ] Шапка тёплая
  Флисовая или из шерсти

ДЛЯ АККЛИМАТИЗА-ЦИОННЫХ ВЫХОДОВ

- [ ] Треккинговые брюки
- [ ] Футболка с длинным рукавом
- [ ] Футболка с коротким рукавом
- [ ] Кепка

ЛИЧНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

- [ ] Палатка
  В зависимости от программы восхождения
- [ ] Спальный мешок
  Тёплый пуховый или с синтетическим утеплителем на температуру комфорта -15°C...-18°C
- [ ] Коврик туристический (каремат)
- [ ] Рюкзак 70-80 литров
  Для восхождения
- [ ] Рюкзак 40-50 литров
  Для акклиматизационных выходов
- [ ] Кошки, подходящие под ваш тип ботинок
- [ ] Страховочная система
- [ ] Самостраховка (с двумя усами)
- [ ] Карабин с муфтой 4 штуки
- [ ] Жумар
- [ ] Репшнур (6-7 мм), длина 4-5 м
- [ ] Спусковое устройство
  Reverso или восьмерка
- [ ] Ледобур (2 шт.)
- [ ] Лопата лавинная (одна на палатку)
- [ ] Палки треккинговые телескопические
- [ ] Термос (0,5 л – 1 л)
- [ ] Посуда для высотных лагерей
  Кружка, ложка, миска
- [ ] Очки альпинистские
- [ ] Маска горнолыжная
- [ ] Фонарь налобный + батарейки к нему
  Или запасной аккумулятор

ОБУВЬ

- [ ] Треккинговые ботинки или кроссовки
- [ ] Высотные ботинки двойные

ГИГИЕНА И АПТЕЧКА

- [ ] Защитный крем от солнца (с SPF 50+)
- [ ] Бальзам для губ с защитой от солнца
- [ ] Универсальный бальзам
- [ ] Аптечка
  Антисептик, пластыри, бинты, обезболивающее, лекарство от аллергии и диареи

  ВАЖНО! Гиды не имеют право давать или рекомендовать вам употреблять какие-либо медикаменты, гиды могут оказать только первую помощь, поэтому у каждого участника должна быть своя аптечка
- [ ] Средства гигиены
- [ ] Салфетки влажные
- [ ] Мозольный пластырь
- [ ] Тейп (по желанию)
- [ ] Полотенце из микрофибры
  Быстросохнущее и компактное

ПРОЧЕЕ

- [ ] Нож раскладной
- [ ] Мультитул (по желанию)
- [ ] Гермомешки
  Для грязной/мокрой одежды
- [ ] Пауэрбанки
- [ ] Зарядные устройства

ЕСЛИ ЧЕГО-ТО НЕ ХВАТИЛО

ALPINDUSTRIA.RU