

# Треккинг в Альпах. Ледники и озёра Монблана.

## Снаряжение

### Рекомендуемое снаряжение. Скидка 20% в магазине при покупке тура

Перед походом в магазин прочтите о современной одежде и правильном ее подборе

<http://alpindustria.ru/papers/equipment-review/3-layer.html>

Одежда и обувь:

- накидка от дождя;
- куртка из Gore-Tex или подобная;
- легкое термобелье;
- куртка из полартека/флиса 2 шт;
- брюки и шорты для трекинга;
- легкие трекинговые ботинки;
- сандалии, кроссовки (можно будет оставить в кемпинге);
- гамаши;
- достаточное кол-во носков;
- перчатки;
- шапочка;
- панама, шляпа или шапка с козырьком (от солнца).

Бивуачное :

- легкий термос для чая на выходы;
- "сидушка" для тех, кто пользуется;
- спальный мешок с комфортной температурой до +5В° для ночевки в кемпинге и "вкладыш" для ночевки в приютах (матрацы, подушки, одеяла приютах есть).

Снаряжение :

-палки треккинговые;

-очки солнцезащитные;

-рюкзак для снаряжения;

-фонарик налобный (Petzl, Black Diamond).

Прочее:

- солнцезащитный крем (защита не менее 30);

- гигиеническая губная помада;

- средства личной гигиены;

- влажные (спиртовые) салфетки,

- полотенце.

