

Снаряжение для восхождения на Килиманджаро



программа маршрута

Чек-лист · восхождение · маршрут Лемошо · 1640–5895 м

Сухой сезон: середина декабря – начало марта, середина июня – середина октября

Одежда

15 поз.

- ☐ Мембранная куртка с капюшоном
Защита от дождя и ветра
- ☐ Мембранные брюки
Защита от дождя и ветра
- ☐ Пуховая куртка
Для ночного выхода к вершине
- ☐ Легкая утепленная куртка или softshell
Промежуточный слой
- ☐ Флисовая кофта — 2 шт.
Ходовая и сменная
- ☐ Трекинговые брюки
Легкие, быстросохнущие
- ☐ Комплект термобелья (верх и низ) — 2 шт.
Ходовой и для сна
- ☐ Футболка с длинным рукавом (синтетика) — 2–3 шт.
- ☐ Нижнее белье (синтетика)
В необходимом количестве
- ☐ Носки теплые (шерсть/синтетика)
Для сна и выхода к вершине
- ☐ Носки трекинговые тонкие (не х/б)
В необходимом количестве
- ☐ Перчатки-лайнеры
Для движения
- ☐ Перчатки теплые или варежки
Для холода на высоте
- ☐ Шапка
Любая теплая шапка
- ☐ Кепка, панама или бафф
Защита от солнца и ветра

Обувь

2 поз.

- ☐ Трекинговые ботинки
Разношенные, проверенные
- ☐ Запасная обувь (кроссовки)
Для лагеря и отеля

Снаряжение

9 поз.

- ☐ Баул или рюкзак 80–120 л
Для портера
- ☐ Штурмовой рюкзак 30–40 л
Для себя

☐	Спальный мешок (комфорт –10 °C) Ночевки до 4 670 м	
☐	Трекинговые палки	
☐	Налобный фонарь С комплектом запасных батареек	
☐	Солнцезащитные очки (кат. 3–4) С боковой защитой	
☐	Термос или бутылка для воды — 0,7–1,0 л	
☐	Гермомешки для спальника, одежды и личных вещей Защита от влаги	
☐	Небольшая подушка	по желанию

Прочее

13 поз.

☐	Крем от солнца (SPF 50+) 50–100 мл	
☐	Гигиеническая помада с SPF	
☐	Индивидуальная аптечка Головная боль, диарея, пластырь от мозолей, глазные капли, личные лекарства	
☐	Зубная щетка и паста Маленький тюбик	
☐	Мыло, туалетная бумага, санитайзер	
☐	Влажные салфетки и сухой шампунь	
☐	Полотенце из микрофибры Компактное	
☐	Документы и деньги в гермоупаковке Паспорт, страховка, наличные доллары	
☐	Пауэрбанк и зарядные кабели Розеток на маршруте нет	
☐	Универсальный переходник (тип D/G) Розетки Танзании	
☐	Репеллент от насекомых Для Аруши и нижней части маршрута	рекомендовано
☐	Беруши Сон в палатке	рекомендовано
☐	Спортивное питание Гели, батончики	по желанию