Снаряжение для джип-тура с трекингом в Верхнем Мустанге

программа маршрута

Чек-лист · джип-тур с трекингом · 820–4500 м · май–июнь

Одежда — 11 поз.

- [ ] Куртка с мембраной
  Защита от ветра и осадков
- [ ] Утепляющая куртка
  Легкий пуховик или аналог
- [ ] Флисовая куртка — 2 шт.
- [ ] Трекинговые брюки
- [ ] Тонкое термобелье — 1 комплект
- [ ] Синтетические футболки с длинным и коротким рукавом
- [ ] Нижнее белье — в необходимом количестве
- [ ] Трекинговые носки
  Тонкие, не хлопковые
- [ ] Перчатки
  Тонкие (liner) + флисовые
- [ ] Теплая шапка
- [ ] Кепка, панама, бафф

Обувь — 3 поз.

- [ ] Трекинговые ботинки
- [ ] Удобная обувь для города
- [ ] Кроксы или сандалии
  Для лоджей

Снаряжение — 5 поз.

- [ ] Спальный мешок
  Температура комфорта около 0 °C
- [ ] Налобный фонарь + запасные батарейки
- [ ] Солнцезащитные очки
  Категория защиты 2–3
- [ ] Трекинговые палки — по желанию
- [ ] Термос или бутылка для воды — 0,5–1,0 л

Прочее — 9 поз.

- [ ] Фотоаппарат
- [ ] Зарядные устройства и запасные аккумуляторы
- [ ] Телефон и зарядка
- [ ] Пауэрбанк
- [ ] Гермоупаковка для документов и гермомешки для личных вещей
- [ ] Личная аптечка
  Средства от головной боли и диареи, пластыри от мозолей, влажные салфетки, успокаивающий крем для кожи, глазные капли, индивидуальные лекарства
- [ ] Солнцезащитный крем (UV 50+), гигиеническая помада для губ
- [ ] Предметы личной гигиены
- [ ] Полотенце из микрофибры