

## Список необходимых вещей

1. Рюкзак
2. Спальный мешок
3. Коврик туристский
4. Спортивный костюм для сна (или термобелье)
5. Белье нижнее (3-4 смены)
6. носки х/б (3-4 пары) и теплые (1-2 пары)
7. Легкое полотенце и туалетные принадлежности.
8. Личная аптечка (индивидуальные лекарства - если необходимо, пластырь рулонный и бактерицидный, бинт, гигиеническая губная помада и крем солнцезащитный, эластичный бинт)
9. Футболки (2-3 шт)
10. Рубашка с длинным рукавом!
11. Термобелье
12. «Фонарики» на ботинки (если нет сапог)
13. Полар или свитер
14. Куртка ветрозащитная
15. Защитные брюки (пыле- и водонепроницаемые)
16. Запасная обувь (можно кроссовки и туфли огородника/ кроксы)
17. КЛМН в тканевом мешочке
18. Тетрадь или блокнот в герметичной упаковке
19. Ручка, карандаш...
20. Фонарик налобный и запасные батарейки
21. Головной убор (2 шт. - от солнца и теплый)
22. Купальник (плавки)
23. Пакет для грязных вещей
24. Фальшпоп
25. Туалетная бумага (рулон в п/э пакете)
26. Маленький рюкзачок (для самого необходимого на маршруте - с ним можно ехать верхом)
27. Очки солнцезащитные
28. Перчатки флисовые
29. Фотоаппарат и запасные принадлежности к нему (по личному усмотрению)

Для верховой езды:

1. Обувь с низким каблуком очень желательна! (ботинки, треккинг-кроссовки)
2. Брюки без жестких швов (**не джинсы !!!**, не шуршащие, не скользкие)
3. Перчатки (2 пары)

Для участия в походе обязательно каждый должен иметь:

1. **Шлем** (можно вело-)
2. **Плащ от дождя!**
3. **Спички и зажигалка в герметичной упаковке!**

Все вещи и продукты на маршруте будем перевозить в седельных сумках, поэтому не очень важно, каким будет большой рюкзак (мы оставим его на базе), а важна упаковка и защита от влаги отдельных групп вещей, лучше пользоваться гермомешками.