

Список личного снаряжения для похода на Тхач

Одежда и обувь:

- | | |
|--|---|
| ☐ Треккинговые ботинки | ☐ Футболка с длинным рукавом, лонгслив (синтетика) |
| ☐ Комплект легкого термобелья | ☐ Перчатки рабочие, тонкие |
| ☐ Флисовая кофта | ☐ Флисовые перчатки |
| ☐ Треккинговые брюки | ☐ Шапочка из полара |
| ☐ Костюм для защиты от ветра и дождя (куртка с капюшоном + штаны, либо накидка-пончо) | ☐ Панама или кепка |
| ☐ Легкая теплая куртка с синтетическим или пуховым утеплителем | ☐ Треккинговые носки |
| | ☐ Теплые носки для бивака |
| | ☐ Резиновые тапочки (кроксы) для лагеря |

Личное снаряжение:

- | | |
|---|---|
| ☐ Рюкзак на 60-70 литров + накидка на рюкзак | ☐ Фонарик налобный с запасными батарейками |
| ☐ Маленький складной рюкзак для прогулки налегке | ☐ Очки и крем солнцезащитные |
| ☐ Спальник с температурой комфорта 0° С | ☐ КЛМН (Кружка, ложка, миска, нож) |
| ☐ Туристический коврик (каремат) + сидушка | ☐ Треккинговые палки |
| | ☐ Бутылка для питья 1 л |

Сопутствующее:

- | | |
|--|--------------------------------|
| ☐ Средства личной гигиены | ☐ |
| ☐ Индивидуальная аптечка (личные лекарства) | ☐ |
| ☐ Солнцезащитный крем | ☐ |
| ☐ Гигиеническая помада | ☐ |
| ☐ Спрей от мошек-клещей | ☐ |
| ☐ Повербанк (зарядное устройство) | ☐ |