

# Список личного снаряжения для похода на Тхач

## Одежда и обувь:

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

## Личное снаряжение:

- Рюкзак на 60-70 литров + накидка на рюкзак
- Спальник с температурой комфорта 0° С
- Туристический коврик (каремат) + сидуха
- Фонарик налобный с запасными батарейками
- Очки и крем солнцезащитные
- КЛМН (Кружка, ложка, миска, нож)
- Треккинговые палки

## Сопутствующее:

- Средства личной гигиены
- Индивидуальная аптечка (личные лекарства)
- Солнцезащитный крем
- Гигиеническая помада
- Повербанк (зарядное устройство)
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....