

Список личного снаряжения для путешествия на Сахалин, Итуруп

Одежда и обувь:

- Кроссовки
- Кроксы или резиновые тапочки
- Флисовая кофта
- Удобные брюки, желательны трекинговые
- Костюм для защиты от ветра и дождя (накидка или пончо)
- Теплая легкая куртка с синтетическим или пуховым утеплителем
- Флисовые перчатки
- Шапочка из полара
- Панама или кепка
- Спортивные носки
- Рубашка или майка с длинным рукавом
- Шорты
- Купальник/плавки для купания в источнике

Личное снаряжение:

- Рюкзак на 15-20 литров + накидка на рюкзак
- Пластиковая бутылка для воды (0,5 л.)
- КЛМН (кружка, ложка, миска)
- Фонарик налобный
- Очки солнцезащитные с фактором защиты 3-4

Сопутствующее:

- Средства личной гигиены
- Индивидуальная аптечка (личные лекарства)
- Солнцезащитный крем, SPF 50
- Гигиеническая помада
- Спрей для защиты от мошек и клещей
- Повербанк (зарядное устройство)
- Паспорт, деньги, билеты, телефон
-
-
-
-
-