

# Список личного снаряжения для похода: Камино де Сантьяго

## Одежда и обувь:

- Треккинговые кроссовки
- Кроссовки или сандалии для отдыха
- Флисовая кофта
- Треккинговые брюки
- Костюм для защиты от ветра и дождя (накидка или пончо)
- Теплая легкая куртка
- Панама или кепка
- Треккинговые носки
- Рубашка или майка с длинным рукавом
- Футболка из синтетики

## Личное снаряжение:

- Рюкзак на 50-60 литров + накидка на рюкзак
- Спальник с температурой комфорта +15° С
- Пластиковая бутылка для воды (0,5 л.)
- Очки солнцезащитные
- Фонарик налобный с запасными батарейками
- Поясная сумка

## Сопутствующее:

- Средства личной гигиены
- Индивидуальная аптечка (личные лекарства)
- Солнцезащитный крем
- Гигиеническая помада
- Повербанк (зарядное устройство)
- Загранпаспорт, деньги, телефон
- Две прищепки и веревочка
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....