**Снаряжение, которое можно взять у нас бесплатно (для жителей Иркутска и области):**

* • Палаткоместо. Размещение в двух- трех-, четырехместных палатках по гендерному признаку.
* • Спальник на 0 градусов комфорта (вес примерно 2 кг)
* • Каримат (коврик)
* • Рюкзак

**Обязательное снаряжение:​**

* Рюкзак для длительного похода (90 л – мужчины, 70 л – женщины)
* Рюкзак штурмовой (20-35 литров)
* Накидка на рюкзак
* Ботинки трекинговые. Ни беговые кроссовки, ни кеды, ни тапочки, а непромокаемые треккинговые ботинки с развитым протектором! Без вариантов и обсуждений. Мы ходим НЕ по асфальту, а по пересеченной местности с абсолютно разным рельефом.
* Спальник (температура комфорта 0 -5°С)
* Пенка (туристический коврик или самонадуващийся)
* Подпопник (хоба, сидушка туристическая)
* Очки и крем солнцезащитные (степень защиты очков от УФ не меньше 3)
* Фонарик налобный + запасные батарейки
* Треккинговые палки
* Гермомешок для вещей

**Одежда:**

* Нижнее бельё
* Плавательный костюм (купальник, плавки)
* Термобельё ходовое (плотное, влагоотводящее)
* Термобелье для сна (свободное)
* Штаны верхние ходовые (непродуваемые и непромокаемые. В идеале штормовые/самосбросы)
* Штаны теплые для вечера (флисовые или полартек)
* Носки или термоноски (для переходов)
* Шерстяные носки (для сна)
* Гамаши летние (Низкие. От попадания мелких камней, песка и пр.)
* Термофутболка
* Теплая флисовая кофта с капюшоном
* Куртка непродуваемая и непромокаемая (штормовка/мембрана)
* Пуховка (теплая куртка до -10°С)
* Перчатки рабочие
* Перчатки флис
* Шапка теплая
* Панама/бафф/кепка
* Дождевик, желательно пончо (с горбом под рюкзак)
* Обувь для лагеря (лёгкие кроссовки, сандалии или сапоги ЭВА с утеплителем)

**Личные вещи:**

* Набор посуды (КЛМН)
* Индивидуальная аптечка, которая вмещает в себя лекарства для индивидуальных особенностей вашего организма
* Гигиеническая помада
* Предметы личной гигиены
* Лёгкое полотенце, желательно из микрофибры
* Спички
* Средство от комаров
* Пауэрбанк
* Непромокаемый чехол для телефона, документов и денег

**Продукты (в зависимости от ваших личных потребностей):**

* Сахар
* Кофе
* Карманный перекус (шоколадка, орешки, сухофрукты в небольшом количестве)