



СПИСОК СНАРЯЖЕНИЯ

+38 044 247-69-93
+38 093 880-95-03

ДЛЯ УЧАСТИЯ В ПРОГРАММЕ

ЗИМНИЙ ПОХОД ПО ДВУХТЫСЯЧНИКАМ УКРАИНЫ – ТРАНСЧЕРНОГОРА

Друзья, просим внимательно относиться к сбору снаряжения. Тимлидер имеет право не допустить вас к программе, если оно не соответствует рекомендуемому!

Купить снаряжение со скидкой от 10% можно в магазинах x-zone.com.ua и ex.com.ua указав в комментарии: «Иду в поход с Кулуар»

Более подробный список снаряжения со ссылками на статьи смотрите в описании программы на сайте.

Основное снаряжение

- ✓ **Рюкзак** – мужской на 70-90л; женский на 50-70л. С рейнкавером;
- ✓ **Коврик** – зимний, с R-Value > 3.5 (теплый). Или 2 коврика с суммарным R-Value > 3.5;
- ✓ **Спальник** – с Ткомф -10°C, или теплее;
- ✓ **Треккинговые палки** – со снежными кольцами и желательно с наружными (эксцентриковыми) фиксаторами;
- ✓ **Палатка** – водостойкая и повышенной ветроустойчивости. С дублированием сетки тканью.

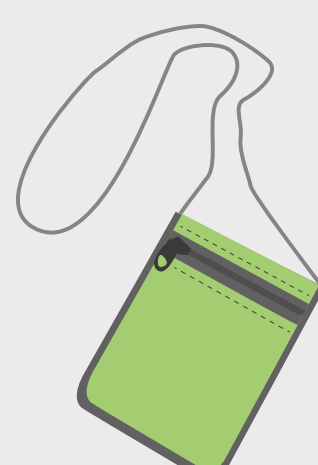
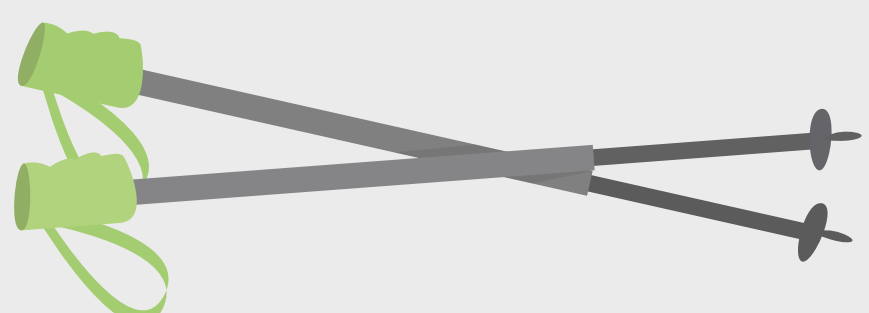
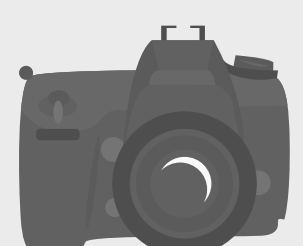
Большинство основного снаряжения можно взять у нас напрокат.

Специальное

- ✓ **Кошки** – должны подходить к вашим ботинкам – проверьте заранее!
- ✓ **Ледоруб** – подобран по росту и с темляком;
- ✓ **Снегоступы** – качественные и удобные. Опционально, - зависит от количества снега на маршруте (уточняйте у менеджера непосредственно перед походом).

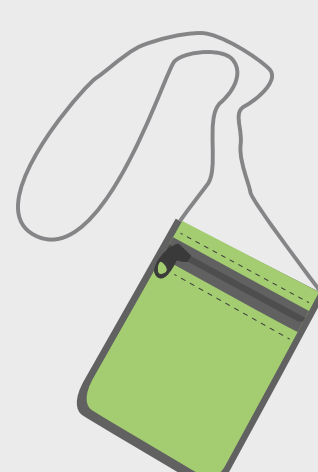
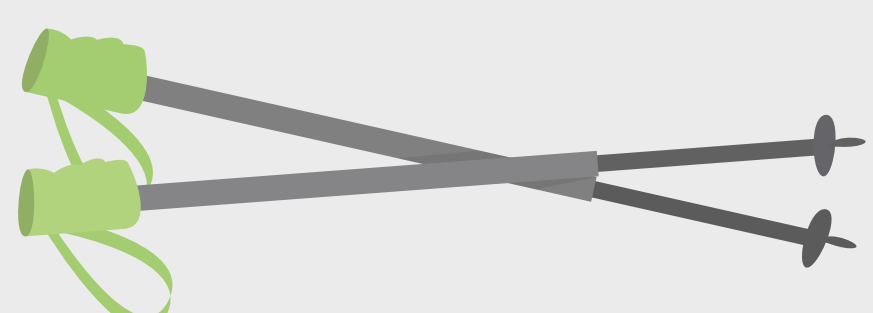
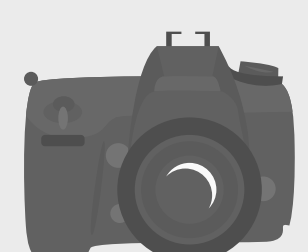
Обувь

- ✓ **Ботинки основные** – зимние, надежные и теплые;
- ✓ **Ботинки запасные** – если есть сомнения по поводу основных;
- ✓ **Кроксы или шлепанцы** – максимально легкие.



Одежда

- ✓ **Нижнее белье** – удобное и легкое, не должно натирать во время движения;
- ✓ **Термобелье ходовое** – максимально эффективное отведение влаги от тела;
- ✓ **Термобелье для сна** – теплее первого комплекта;
- ✓ **Флисовая кофта легкая** – флис средней плотности и толщины;
- ✓ **Флисовая кофта теплая** – толстый флис;
- ✓ **Носки трекинговые теплые** – 3 пары, высокие и удобные;
- ✓ **Носки для сна** – максимально теплые, не должны сжимать ногу;
- ✓ **Ходовые штаны** – от дождя, ветра и снега. Тонкие мембранные, не должны парить ноги;
- ✓ **Штаны на утепление** – с синтетическим утеплителем, желательно "самосбросы";
- ✓ **Ходовая куртка** – мембранная, без утеплителей, обеспечивает максимальную ветро- и влагозащиту и вентиляцию одновременно;
- ✓ **Пуховка (теплая куртка)** – обязательно с удобным утепленным капюшоном;
- ✓ **Шапка основная** – флисовая или подобная ей синтетическая;
- ✓ **Шапка теплая запасная** – максимальная защита в любую погоду;
- ✓ **Бафф** – утепленный или нет – на выбор;
- ✓ **Балаклава** – удобная, обязательно должно быть отдельное отверстие для носа;
- ✓ **Варежки флисовые** – или софтшелл;
- ✓ **Варежки-верхонки** – снег не должен налипать на ткань;
- ✓ **Варежки утепленные** – синтетический утеплитель, для самой холодной и ветреной погоды;
- ✓ **Гамашы** – до колена, желательно с тросиком под подошву. Не должны парить ногу.





+38 044 247-69-93
+38 093 880-95-03

Важное личное

- ✓ **Сидушка** – маленький коврик для сидения;
- ✓ **Индивидуальная аптечка** — список см. на сайте, плюс ваши "любимые" лекарства;
- ✓ **Документы и деньги в герметичной упаковке** – легкий тканевый ксивник, в который укладывается полиэтиленовый zip-lock пакетик с документами;
- ✓ **Горнолыжная маска или очки** – качественные, с категорией затемнения cat 3 (можно cat 4) и без засветов по бокам;
- ✓ **Налобный фонарик** – с запасными элементами питания, проверьте исправность;
- ✓ **Термос** – объемом 1л. Должен долго держать тепло.
- ✓ **КЛМН** – кружка, ложка, миска, нож; максимально легкие, металлические или из не хрупкого пластика;
- ✓ **Крем от загара** – (с фактором 50 и более);
- ✓ **Гигиеническая помада** – с защитой от ультрафиолета;
- ✓ **Увлажняющий крем** – подойдет детский;
- ✓ **Средства гигиены** – зубная паста + щетка, мыло, туалетная бумага;
- ✓ **Power Bank** – оптимально 74Wh (20000 mAh);
- ✓ **Фотоаппарат** – по желанию; с дополнительными аккумуляторами или возможностью подзарядки от Power Bank;
- ✓ **Гермомешки и полиэтиленовые пакеты** – все вещи должны быть герметично упакованы, также иметь с собой плотные пакеты для мусора;
- ✓ **Зажигалки** – 2 шт – герметично упакованы, в легком доступе;
- ✓ **Купальник или плавки** – для бани после похода, максимально легкие;
- ✓ **Полотенце** – небольшое, легкое, из микрофибры.

До встречи на тропе!

И помним: Если в горы – то с Кулуар!

Также не забывайте во время сториз и постов тегать @kuluarpohod и ставить хештеги #kuluarpohod#kuluarclimbing

