



# СПИСОК СПОРЯДЖЕННЯ

+38 098 161-47-85

+38 093 880-95-03

ДЛЯ УЧАСТІ В ПРОГРАМІ

## ПОХІД В АЛБАНІЇ В БУДИНОЧКАХ І З ЛЕГКИМ РЮКЗАКОМ

Друже чи подруго, тримай чек-ліст спорядження. Роздрукуй його та відмічай галочками під час зборів чи забору в магазині. Нічого не забувай 😊

А купити спорядження зі знижкою до 15%, використавши свої KUL та значки, можна в магазині [x-zone.com.ua](http://x-zone.com.ua) Скажи секретну фразу: «Ходжу в гори з Кулуар»

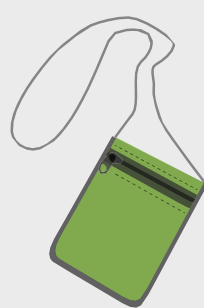
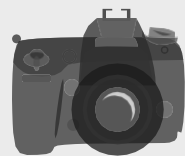
Залежно від погодних умов, список може бути скорегований. Уточни це у свого консультанта перед стартом програми.

### Основне спорядження

- ✓ Рюкзак 35-40 літрів
- ✓ Рейнковер (накидка від дощу на рюкзак)
- ✓ Трекінгові палиці
- ✓ Сидушка

### Одяг

- ✓ Головний убір - кепка, бафф, панاما або легка шапка
- ✓ Мембранна куртка або вітровка
- ✓ Фліска (тепла кофта)
- ✓ Набір термобілизни або реглан і підштаники
- ✓ 3 футболки
- ✓ Легкі бавовняні штани для переходів
- ✓ Легке плаття для красивих фотографій
- ✓ Шорти
- ✓ Нижня білизна
- ✓ Купальник
- ✓ Шкарпетки - 4-5 пар
- ✓ Дощовик





+38 098 161-47-85  
+38 093 880-95-03

## Взуття

- ✓ 1 пара розношеного взуття - зручні та надійні трекінгові кросівки. Читайте статтю, ["Як правильно вибрати трекінгові кросівки"](#)
- ✓ Босоніжки або крокси для привалів

## Важливе особисте

- ✓ Кружка, ложка, миска, ніж
- ✓ Сонцезахисні окуляри
- ✓ Сонцезахисний крем (краще на 50 SPF)
- ✓ Пластикова пляшка для води
- ✓ Особиста аптечка
- ✓ Гігієнічна помада
- ✓ Предмети гігієни: мило, пакетики шампуню, зубна щітка і паста, вологі серветки, туалетний папір
- ✓ Рушник
- ✓ Фотоапарат
- ✓ Мобільний телефон
- ✓ Зарядні пристрої до них або запасні акумулятори
- ✓ Гроші і документи, заховані в герметичний пакет

До зустрічі на стежці!

**І пам'ятаємо: Якщо в гори – то з Кулуар!**

Не забувай у сторіз та постах відмічати @kuluar

і ставити хештег #kuluar

