

# Круиз вдоль побережья Приморского края до острова Сахалин. **Снаряжение**

[Перейти в каталог](#)

## Одежда

- Теплая куртка с мембраной
- Непромокаемые штаны и куртка из мембраны
- Кофта (флис, Polartec, можно свитер)
- Два комплекта термобелья или аналог (х/б не подходит)
- Флисовые перчатки. Для тепла, защиты от дождя, ветра и комаров
- Футболка 2-3 штуки. Футболки синтетические быстрее сохнут
- Нижнее белье. Белье не должно натирать
- Зимняя шапка, бафф, кепка
- Носки для трекинга 2-3 пары, 1 -2 пары простых носков, 1 пара теплых (максимально исключить х/б)

[Перейти в каталог](#)

## Обувь

- Высокие трекинговые ботинки. Это основная защита ваших ног от травм при передвижении по пересечённой местности, подъёмах в горы по каменистым склонам и крутым спускам.
- Дополнительная комфортная пара обуви (кроссовки, ботинки). Вечером после активного дня ноги должны отдыхать, а трекинговые ботинки -сохнуть
- Сланцы для душа и бани
- Бахилы (фонарики) на обувь для защиты от попадания мелких камней в ботинок

[Перейти в каталог](#)

## Туристическое снаряжение

- Личная аптечка. Индивидуальные медикаменты рекомендуем взять самостоятельно
- Небольшой рюкзак не более 35 литров, для переноса личных вещей во время радиальных выходов
- Термос 0,5 л
- Солнцезащитный крем
- Солнцезащитные очки
- Трекинговые палки
- Герметичный мешок для телефона
- Налобный фонарик
- Средства личной гигиены
- Спрей от мошки и комаров и/или накомарник
- Снаряжение для ныряния с маской -легкий гидрокостюм (3-5мм неопрен), маска, трубка, ласты