Восхождение на Эльбрус после гонки AlpIndustria Elbrus Race.Снаряжение

Перейти в каталог

Одежда

Свитер или рубашка из тонкого флиса
- Флисовая куртка или куртка из виндблока
- Мембранная куртка (можно взять в прокат)
- Мембранные брюки (можно взять в прокат)
- Можно взять пуховую куртку (можно взять в прокат)
- Теплая шапка
- Защитная лицевая маска от ветра или балаклава (можно взять в прокат)
- Термобелье (тонкое + толстое)
- Термоноски (гольфы) - 2 пары
- Перчатки тонкие -1 пара
- перчатки толстые -1 пара
- рукавицы пуховые или на синтетическом утеплителе -1 пара (можно взять в прокат)
- Обычная легкая одежда: футболки, легкие брюки
- Хорошо иметь кепку с козырьком от солнца
- Желательно легкий плащ-накидка (для защиты от дождя)

Перейти в каталог

Обувь

Ботинки предназначенные для высотных восхождений (желательно двойные) (можно взять в прокат)
- Легкая спортивная обувь (кроссовки для первых дней акклиматизации)
- Бахилы для защиты от снега (по желанию) (можно взять в прокат)

Перейти в каталог

Бивак

Спальный мешок с комфортной температурой до -10С (можно взять в прокат)
- Баул транспортировочный
- Рюкзак для восхождения (40-45 литров, полегче) (можно взять в прокат)
- Термос для чая или воды (0,75 -1, 5 л -по желанию) (можно взять в прокат)
- Налобный фонарь (с комплектом запасных батареек) (можно взять в прокат)
- Личная аптечка (личные препараты, бинты, пластырь, уголь активированный и т.д.)
- Складной нож
- Средства личной гигиены (полотенце, мыло, зубная паста, щетка)
- Сидушка из "пенки" (по желанию) (можно взять в прокат)

Перейти в каталог

Альпинистское снаряжение

Страховочная система, желательно легкая, удобная для ходьбы (можно взять в прокат)
- 3 карабина с муфтой (можно взять в прокат)
- Самостраховка (2 уса) (можно взять в прокат)

- Ледоруб (можно взять в прокат)
- Складные треккинговые палки (можно взять в прокат)
- Очки альпинистские (с защитой 4) + горнолыжная маска (можно взять в прокат)
- Солнцезащитный крем от 30 SPF и выше
- Гигиеническая губная помада
- Кошки стальные, подходящие к вашим ботинкам, с чехлом (можно взять в прокат)