

Восхождение на Маунт Кения, Ленана Пойнт (4985 м). **Снаряжение**

Рекомендуемое снаряжение.

- Небольшой рюкзак (35-40 литров) для вещей первой необходимости,
- Баул для вещей, которые понесет портер (80-120 литров),
- Спальный мешок (-15 В°С комфорт)
- Накидка от дождя,
- Горные ботинки с влагоотталкивающей пропиткой и хорошим протектором
- Трекинговая обувь на первые дни восхождения
- Брюки трекинговые на первые дни восхождения, когда стоит теплая солнечная погода
- Трекинговые палки
- Куртка пуховая на -15 В°С - потребуется во время штурма вершины
- Куртка штормовая с мембраной - для защиты от дождя и ветра
- Штаны штормовые с мембраной - для защиты от дождя и ветра
- Термобелье для активного спорта
- Рукавицы, рассчитанные до -15 В°С
- Шапка флисовая
- Гамаши для защиты от пыли / снега
- Балаклава - для защиты от ветра во время штурма вершины
- Кепка / панама / шляпа - для защиты лица и шеи от экваториального солнца
- Футболка, рубашка с длинным рукавом (2 шт.)
- Шорты
- Трекинговые носки (3-4 пары)
- Фонарь налобный, запасные батарейки
- Очки солнцезащитные альпинистские (не брать дешёвые китайские)
- Термос (1 литр)

- Фляжки для воды (2 литра минимум)
- Солнцезащитный крем (50+)
- Гигиеническая губная помада