

Восхождение на Орисаба и Сьерра Негра.

Снаряжение

[Перейти в каталог](#)

Одежда

Свитер или рубашка из тонкого флиса

- Флисовая куртка или куртка из виндблока
- Мембранная куртка
- Мембранные брюки
- Лучше взять пуховую куртку
- Теплая шапка
- Защитная лицевая маска от ветра или балаклава
- Термобелье (тонкое + толстое)
- Термоноски (гольфы) - 2 пары
- Перчатки тонкие -1 пара
- перчатки толстые -1 пара
- рукавицы пуховые или на синтетическом утеплителе -1 пара
- 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 (5000м)

- Легкая спортивная обувь (кроссовки для первых дней и экскурсий)
- Пляжные шлепанцы или сандалии
- Бахилы для защиты от снега и камешков (по желанию)

[Перейти в каталог](#)

бивак

Спальный мешок с комфортной температурой до -10С

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

[Перейти в каталог](#)

Альпинистское снаряжение

Комплект (кошки, страховочная система, ледоруб, каска) входят в стоимость программы. Но мы рекомендуем

брать свое снаряжение.

- Складные трекинговые палки
- Очки альпинистские (с защитой 4) + горнолыжная маска
- Солнцезащитный крем от 30 SPF и выше
- Гигиеническая губная помада