Йога-Трек к Базовому Лагерю Аннапурны.
Снаряжение

Перейти в каталог

Одежда

непромокаемая куртка из дышащей мембранной ткани (например Gore-Tex)
- непромокаемые брюки из дышащей мембранной ткани (например Gore-Tex)
- пуховка
- куртка из флиса или полартека (1-2 шт)
- брюки из флиса или полартека (1 шт)
- термобелье (брюки и футболка с длинным рукавом)
- футболки/рубашки с длинным рукавом (2 шт)
- треккинговые штаны
- треккинговые носки
- головной убор от солнца
- теплая шерстяная или флисовая шапка
- перчатки из флиса или полартека
- шарф-труба на шею
- Удобная одежда для растяжки и занятий йогой

Перейти в каталог

Обувь

треккинговые ботинки на хорошей подошве (не утепленные)
- кроссовки или сандалии.

Перейти в каталог

Бивак

спальный мешок (с температурой комфорта -5...-10В°С)
- коврик для йоги
- фонарик налобный (комплект запасных батареек)
- сидушка (желательно, но не обязательно)
- рюкзак для снаряжения (70-90 л) или баул
- легкий треккинговый рюкзак (30-45 л)
- накидка от дождя на рюкзак
- солнцезащитные очки (в жестком футляре)
- треккинговые палки
- личная аптечка
- солнцезащитный крем (с высоким фактором защиты)
- гигиеническая губная помада
- полотенце
- мыло, зубная щетка и паста
- запас влажных гигиенических салфеток
- легкий термос (не обязательно)