

Снаряжение для трекинга в Непале и Тибете

Размещение в лоджиях, высоты до 5500, сезон апрель-май, октябрь-ноябрь.

Одежда и обувь

- средняя пуховка (0,5-1 кг)
- трекинговые брюки (свободные и легкие, быстросохнущие)
- ветровка (защита от воды и ветра), желательно такого размера, чтобы легко одевалась поверх пуховки.
- брюки из водо-ветрозащитной ткани
- флисовый костюм: куртка обязательно и желательно с капюшоном, брюки факультативно (для недостаточно холодоустойчивых)
- 1,5 комплекта хорошего термобелья — два верха с длинным рукавом и одни штаны
- футболка х/б 2-3 штуки
- флисовая шапочка и флисовые перчатки
- панама или бейсболка от солнца
- баф, платок или косынка
- трекинговые носки 3 пары
- легкие х/б носки 2 пары
- средние или тяжёлые трекинговые ботинки Gore-Tex + гамаша
- лёгкие сандалии с закрытым носком для отдыха и ровных троп, например «Кроксы».

Прочее снаряжение и «мелочи»

Каждому

- легкий трекинговый рюкзак 35-50 литров
- телескопические трекинговые палки
- спальник + вкладыш (температура комфорта – 5°C, но можно и +5, поскольку в лоджиях всегда есть одеяла)
- качественные солнцезащитные очки
- качественный налобный фонарик с дополнительным комплектом батареек
- полотенце среднего размера
- умывальные принадлежности
- герметичная упаковка для документов и денег.
- походные кружка и ложка
- гигиеническая губная помада.

На несколько человек (или факультативно)

- крем от солнца, защита не менее 30 единиц
- хороший складной нож
- термос
- крем для рук увлажняющий.

Внимание! В случае «плохого» прогноза погоды гид сообщит о повышении требований к одежде и обуви. Такой прогноз маловероятен, но будьте готовы!