**Список снаряжения**

* рюкзак объемом не менее 60 литров (не сумка!);
* накидка на рюкзак от дождя + 3 плотных 120-литровых мусорных мешка;
* туристические ботинки (очень важно!) — гарантируют безопасность на подъеме и спуске;
* спальный мешок на +7 min;
* туристический коврик (двухслойный, пенополиуретановый, [пример](http://www.decathlon.ru/kovrik-foam-blue-yellow-id_8190699.html));
* сидушка\* ([пример](http://www.decathlon.ru/sidushka-plotna-camping-pad-v2-id_8339671.html));
* непромокаемая куртка или плотный дождевик (не одноразовый);
* непромокаемые штаны — не обязательно, но желательно;
* сандалии или шлепки;
* легкие кроссовки;
* носки х/б — 8 пар;
* ветровка с капюшоном;
* термобелье;
* рубашка с длинными рукавами светлая (от солнца);
* толстовка флисовая;
* футболка — 5 штук (хорошо, если влагоотводящие);
* брюки плотные, быстросохнущие (не джинсы);
* шорты;
* белье — не менее 6 комплектов;
* купальник/плавки;
* одежда на обратную дорогу;
* умывальные принадлежности;
* полотенце;
* средства личной гигиены;
* расческа;
* бумажные носовые платки — упаковка;
* головной убор от солнца — важно, чтобы он нравился участнику;
* средство от солнца, гигиеническая помада — важно;
* очки от солнца;
* фонарь налобный + запасные батарейки;
* КЛМН (кружка, ложка, миска, нож) — удобно, если в чехле, складывается одно в другое и не занимает много места;
* часы (наручные);
* зажигалка (обязательно);
* блокнот, ручка.

По желанию:

* деньги на карманные расходы;
* гамак;
* колонки автономные;
* трекинговые палки;
* и все, что вы решите, как опытные туристы, взять с собой еще!