

## Список вещей к туру "Восхождение на Эльбрус с юга"

### Снаряжение

- Рюкзак (♂ от 60 литров ♀ от 50 литров)
- Спальник
- Непромокаемая накидка на рюкзак или в крайнем случае большой полиэтиленовый мешок на литров
- Сидушка туристическая (туристический коврик с резинкой)
- Личная посуда (КЛМН: кружка, ложка, миска, ножик,) металлическая или пластиковая

### Специальные принадлежности

- Фонарик желательно налобный
- Походную мини аптечку с лекарствами именно для Вас (т.е. лекарства, которые Вы принимаете). Не нужно брать автомобильную аптечку с кучей бинтов, пластырей, йодом и другими средствами и медикаментами общего пользования (т.к. будет групповая аптечка)
- Фотоаппарат и чехол или сумка для него
- Мобильный телефон
- Трекинговые палки (не обязательно)
- Спички

### Одежда

- Штормовая одежда: куртка (ветровка) штаны (не джинсы)
- Комплект одежды для нахождения в палатке: кофта флисовая или любая другая; термобелье (обязательно) футболка, шапка, шерстяные носки
- Теплая куртка
- Футболка и водолазка
- Носки 3 пары
- Трекинговые ботинки или берцы (или удобные кроссовки)

### Документы

- Паспорт в герметичном пакете (водонепроницаемом)
- Деньги (не большую сумму)

### Средства личной гигиены

- Умывальные принадлежности
- Влажные салфетки