

Памятка путешественнику

Предлагаем список рекомендуемых вещей для путешествий на Северных Курильских островах



Головной убор

Легкий головной убор для защиты от солнца
Шапочка на холодную погоду



Треккиговая обувь

Высокие трекинговые ботинки непромокаемые (Gore-Tex), либо обработанные водоотталкивающим средством



Сменная пара обуви

Непромокаемые (Gore-Tex) или обработанные водоотталкивающим средством



Спортивные сандалии

Удобные спортивные сандалии с жесткой фиксацией на ноге, в которых удобно ходить в том числе по воде и камням.



Брюки

Спортивные для трекингов (2 пары).
Также предпочтительно иметь непромокаемые брюки. Особенно удобны самосбросы (на боковых молниях), чтобы при необходимости быстро надеть поверх спортивных брюк. Они легкие и совсем не занимают места.



Куртка

Ветро - влагозащитная (!) куртка

Если куртка не является влагозащитной, то иметь дождевик



Теплая одежда

Свитер, флисовая кофта или подобная одежда



Футболки/термобелье

С коротким и длинным рукавом с влагоотталкивающим свойством на трекинги.



Легкая х/б одежда

Шорты/капри, футболки



Купальный костюм



Полотенце

Небольшое туристическое полотенце (быстросохнущее).
Компактно при перевозке



Рюкзак

Небольшой рюкзак 25-30 л для однодневных радиальных маршрутов для воды, фото/видеоаппаратуры, купальника, полотенца, дождевика и др.

Обязательно иметь непромокаемый чехол на рюкзак.



Перчатки х/б

В холодную погоду актуальны флисовые перчатки



Носки теплые толстые



Гамашы туристические

Актуальны на треккинги
на вулканы





Бутылка пластиковая для воды на маршруты



Кружка (+ложка) дорожная

Особенно актуальна на теплоходе



Ультрафиолетовая сушка для обуви

Небольшая, совсем не занимает места и не имеет веса.
Быстро сушит, сохраняет форму и структуру обуви.
В дождливую погоду крайне необходима.



Солнцезащитный крем и солнцезащитные очки

Адаптированный для вас солнцезащитный крем



Телескопические палки

Для пеших переходов и трекингов на вулканы



Хоба (туристическая сидушка)



Фото/видеоаппаратура/бинокль (по желанию)



Средства от комаров и клещей

*** персональная необходимость**



Индивидуальная аптечка

*** персональная необходимость**