



Список снаряжения для тура *Baikal Action*

Лето на Байкале теплое. Дневные температуры могут достигать + 30 градусов. Однако ночью температуры могут падать и до +5, +10 градусов.

А сейчас главный вопрос, что брать с собой в тур на Байкал? Для того чтобы комфортно чувствовать себя в летних активных турах, мы подготовили для вас список личного снаряжения.

1. Рюкзак

Рюкзак нужен вам не только для пеших туров и восхождений. Он очень удобен и мобилен для транспортировки ваших вещей из дома в аэропорт, из аэропорта в автобус, из автобуса в гостиницу и т.д. Хороший рюкзак - это тот, что «сидит» по вашей спине. Особое внимание следует уделять подвесной системе, она должна комфортно и плотно прилегать к спине. Попросите консультанта в магазине положить в рюкзак что-нибудь тяжелое и походите с ним 5-10 минут. Для планируемого путешествия вам будет достаточно иметь рюкзак объемом 60-90 литров. Мы рекомендуем рюкзаки таких компаний как Tatonka, Deuter, Red Fox



2. Каремат и спальник

Каремат должен быть легким, мягким и не пропускать влагу и холод.

Спальник подбирается по температуре и материалу наполнителя. Для летних туров на Байкал подойдут спальники с синтетическими наполнителями, с температурой комфорта 0- минус 5 градусов (женщины могут взять спальник теплее). Обратите внимание, что температура экстрима – это не показатель комфортности спальника. Не забудьте учесть, что спальники отличаются по ростовке и правой/левой молнией. Из брендов, мы рекомендуем посмотреть Alexika, Vertical, Red Fox, Ferrino, Bask.





3. Непромокаемая и непродуваемая одежда

В первую очередь это брюки и куртка. Обе вещи должны закрывать поясницу, в идеале содержать мембранные ткани (которые позволяют одежде не мокнуть и в то же время «дышать»), затягиваться на рукавах и гачах. Приятными моментами являются наличие вентиляции, карманов, светоотражающих элементов и затяжек. Посмотрите изделия таких компаний, как Red Fox, Sivera, Bask, Marmot, Salewa. Обязательно возьмите с собой накидку от дождя, которая будет закрывать и вас, и ваш рюкзак.



4. Утепление

Рекомендуем вам взять с собой кофту и брюки из Polartec'a. Это очень приятный к телу, теплый, легкий и быстросохнущий материал. Байкальскими вечерами вам будет очень комфортно в одежде из такой ткани. Рекомендуемые бренды, те же, что и для курток и брюк.



5. Посуда

Берите только «железную» посуду из легких сплавов. Кружку – желательно термо, чтобы Байкальский чай не остывал. Тарелку, ложку и нож. Вилки, чайные ложки вам вряд ли пригодятся.



6. Обувь на трекинг и скалолазание

Обувь является крайне важным моментом в вашем путешествии. Для активных туров, особенно пеших, вам понадобятся хорошие трекинговые ботинки. В идеале, ботинок должен содержать минимум швов, основным материалом должна быть кожа, он должен содержать мембранные ткани, жестко фиксировать голеностоп и комфортно сидеть на ноге. Ботинки берутся в размер. Обратите внимание, что есть еще и горные ботинки – они вам не потребуются. Ботинки лучше купить за несколько месяцев до начала путешествия, и «разносить» их дома. Рекомендуем вам обувь компаний Asolo, LaSportiva, Meindl, Scarpa, Camrus, Solomon. На сменку можно взять легкие трекинговые кроссовки или сандалии. Для скалолазания подойдут скальные туфли (если есть) или кроссовки (лучше с прорезиненным носком).



6. Обувь на сплав и байдарки

Для сплава и байдарок очень хорошо подойдут гидроноски или гидроботинки, в случае отсутствия специального снаряжения, так же можно использовать резиновые сапоги на холодную погоду и сандалии на теплую погоду. Необходимо учесть, что сандалии должны крепко держаться на ноге. На бивуаке так же можно использовать трекинговые ботинки или кроссовки.



7. Гидрокостюмы

Для байдарок рекомендуем брать гидрокостюмы, они будут сохранять тепло при постоянном контакте с водой.



8. Сиденье индивидуальное туристическое

С ним вам будет приятней сидеть, к примеру, в байдарке, а также оно может дополнительно защищать поясницу от ветра во время прогулок.



Помимо вышеперечисленного снаряжение, не забудьте взять:

- Кепку или бандану
- Легкую шапку
- Перчатки
- Солнцезащитный крем (фактор защиты не менее 20)
- Солнцезащитные очки (с защитой от UV лучей не менее 2)
- Налобный фонарик (и запасные батарейки)
- Треккинговые носки
- Купальные принадлежности (да, на Байкале можно купаться!)
- Репелленты от комаров и клещей (лучше покупать в Иркутске, т.к. с ними могут не пропустить в самолет)
- Личную аптечку (если у вас есть какие-нибудь специфичные заболевания)
- Средства личной гигиены (в том числе туалетную бумагу и влажные салфетки)
- Накидку от дождя
- Фото- и видеоаппаратуру, а также запасные флеш-карты и батарейки/аккумуляторы
- Портативное зарядное устройство (power bank)
- Маленькие гидромешки под документы
- Перчатки неопреновые или просто спортивные
- Пуховые жилетки или тонкие пуховки (для тех кто едет в тур в начале августа)