























Необходимое снаряжение для восхождения на Мера/Айленд пик:

Всего 34 пункта вещей

Необходимо купить и привезти:





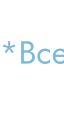

- 
Комплект термобелья 2-3 шт.
 Комплект - штаны и кофта. 2-3. Один комплект тонкий - ходовой, второй — для сна
- 
Термоноски синтетические 3-5 пар
 Трекинговые выше ботинка (тонкие и толстые), альпинистские до колена
- 
Кепка (панама) / тонкий баф
 На голову и шею. Для защиты от солнца и ветра
- 
Кофта флисовая 1-2 шт.
- 
Штаны флисовые 1 пара
- 
Чуни пуховые 1 пара
 Или шерстяные носки для сна
- 
Балаклава / горнолыжный баф
 Для защиты от солнца, ветра и снега
- 
Шапка флисовая
 Можно купить в Катманду или Намче Базаре
- 
Перчатки флисовые (1-2 пары)
 Тонкие, чтобы поверх надеть верхонки
- 
Куртка мембранная 1 шт.
- 
Мембранные тонкие штаны
 Желательно «самосбросы»
- 
Тонкая пуховая куртка с капюшоном
 Можно с синтетическим наполнителем или толстую флисовую кофту)
- 
Очки альпинистские
 Класс защиты 3 или 4
- 
Маска горнолыжная
 Можно со светлым фильтром (дополнительно к очкам на штурм)
- 
Термос (1 литр минимум)
 Из расчёта, чтобы Вам хватило на штурм 10-15 часов
- 
Палки трекинговые 1 пара
 Желательно с большими кольцами для снега и регулировкой клипсами
- 
Фонарик налобный 1 шт.
 Для штурма обязательно + комплект запасных батареек
- 
Защитная накидка для рюкзака
 Гермочехол для документов и телефона
- 
Дождевик 1 шт.
 Плащ-накидка на случай дождя
- 
Тапочки для лоджий типа Crocs
- 
Попер
 Пенка-сидушка с креплением
- 
Гамаш-фонарики
 Надеваются поверх ботинок для защиты от попадания снега и воды внутрь
-
Легкие резиновые кошки (котята)
 Для перевалов (можно вместо них использовать свои основные кошки)
-
Коврик самонадувающийся
 Для ночевки в палатках
-
Личные вещи
 Документы (загранпаспорт, альпинистская медстраховка, личная аптечка;

 КЛМН (кружка, ложка, миска, нож), средства личной гигиены (зубная паста, щётка, шампунь и др.);

 Зарядные устройства, пауэр банки, солнцезащитный крем SPF 50+, Гигиеническая помада для губ с SPF, химические грелки для ног, рук и тела, зажигалка

*Всего 26 пунктов

Можно взять в прокат в Катманду:

- 
Куртка пуховая с капюшоном 1 шт.
 По размеру - чтобы надевалась поверх флиса и мембраны
- 
Теплые перчатки или верхонки
 Большие пуховые варежки до локтя на штурм вершины и на случай холодной погоды)
- 
Ботинки трекинговые или горные
 1 пара. В начале трека подойдут трекинговые кроссовки
- 
Ботинки горные 2 - 3х - слойные
 Для восхождения на вершину и перевал
- 
Спальник
 Температура комфорта -15 - -5°C.
- 
Походный рюкзак 80 - 120л.
 Или баул 100 - 150л. для переноски вещей портеров
-
Рюкзак штурмовой 25 - 45л.
 Для переноски ценных вещей и нужного на треке и штурме
-
Альпинистское снаряжение
 Обязка с усамы самостраховки и 3-4 карабинами, ледоруб с самостраховкой, кошки, жумар, спусковое устройство (корзинка или восьмерка), каска альпинистская

*Всего 8 пунктов



8 950 553 99 22

• Ежедневно, с 9:00 до 19:00

Телефон привязан к мессенджерам:

