

## Восхождение на Айленд пик

### Список снаряжения

#### **Альпинистское снаряжение**

**Кошки.** Классические 12-ти зубые кошки с антиподлипом. Система крепления должна быть совместима с ботинками

**Ледоруб.** Классический прямой ледоруб

**Каска альпинистская**

**Страховочная система**

**Самостраховка.** Два уса

**Карабины муфтованные.** 4шт

**Страховочное устройство.** ATC-Guide BD

**Жумар**

**Треккинговые палки.** Чем легче, тем лучше

#### **Обувь**

**Альпинистские ботинки** двойные или утепленные одинарные

**Треккинговые кроссовки или легкие ботинки**

**Гетры.** Бахилы-фонарики на ботинки

**Легкие шлёпанцы, кроксы, сандалии**

#### **Одежда**

**Штормовая куртка и штаны.** Ветрозащитная непромокаемая куртка и штаны с мембранной тканью

**Пуховка** теплая пуховка с капюшоном

**Утепленные штаны и куртка** с утеплителем Primaloft

**Кофта и штаны.** Polartec 100, Polartec Power Stretch

**Термобелье.** Верх и низ

**Треккинговые штаны.** Легкие штаны для трека и городов

**Носки.** Несколько пар разной толщины для разных частей трека и теплые для восхождения

**Перчатки и рукавицы.** Тонкие перчатки Polartec, Windstopper + теплые перчатки + теплые рукавицы

**Теплая шапка.** Polartec + Buff 2 шт + **кепка** или панама от солнца

**Футболки** в том числе с длинным рукавом

**Белье**

#### **Бивак**

**Рюкзак.** 35-40 л.

**Баул** 100 л.

**Спальный мешок.** Температура комфорта -15°C

**Коврик.** Лучше надувной

**Кухонный набор.** Кружка, ложка, миска + **Термос**

#### **Личное снаряжение**

**Налобный фонарик**

**Очки.** Качественные горные очки

**Солнцезащита.** Крем и помада

**Туалетные принадлежности**

**Беруши**

**Личная аптечка**