

Список необходимых вещей для программы «Капитаны»

Одежда:

1. Термобелье.
2. Х\б белье для сна (майка, носки, шапка и т.п.).
3. Туалетные принадлежности (мыло, зубная щетка, расческа, зубная паста, полотенце, туалетная бумага)
4. Влажные салфетки.
5. Головной убор от солнца. Бандана (**обязательно**) или баф.
6. Дождевик. Желательно тканевый или плотный полиэтилен.
7. Туристские носки (треккинговые). Синтетика, можно тонкий флис. Носки под ботинки. Носки должны быть обязательно на несколько сантиметров выше, чем ботинки.
8. Футболки (из них не менее двух с длинным рукавом).
9. Шорты.
10. Трусы, носки (необходимое количество на две недели, не менее 7 комплектов).
11. Свитер\толстовка\флиски на усмотрение.
12. Ветро-водозащитный костюм для яхтинга (можно купить в спортивных магазинах, например - Декатлон).
13. Спортивные штаны или камуфляжные брюки (летние).
14. Плавки/купальники.
15. Комплект одежды для вечерних мероприятий (выступления на сцене).

Обувь:

1. Туристические ботинки или «Берцы». **Обязательно разношенные!**
2. Спортивная обувь (кеды\кроссовки для походов).
3. Коралловые тапочки.
4. Дополнительная пара обуви («сплавная обувь»), которую можно использовать во время водных тренировок и путешествия. Поношенные, быстро высыхающие кеды или кроссовки. **Со шнурками!** Запрещается использовать в качестве «сплавной обуви» босоножки, пляжные тапочки или вьетнамки.
5. Тапочки-шлепки (моющиеся, или крепкие сандалии).
6. Резиновые сапоги.

Снаряжение:

1. Рюкзак. Ребенок должен самостоятельно передвигаться с рюкзаком на небольшие расстояния. Рекомендуемый объем 70-90 литров.
2. Рюкзак 20-30 литров для радиальных выходов. На рюкзак обязательно приобретать водозащитный чехол.
3. **Спальник.** Спальники бывают разные. Фасон по желанию (спальник, трансформируемый в обычное одеяло без капюшона, классический спальник с капюшоном, кокон). Температурный режим – зона комфорта 0\ -5
4. КЛМ (кружка, ложка, миска)
5. Фонарик (желательно налобный и на батареях ААА) и комплект запасных батареек.
6. Средства от комаров, клещей (спрей OffExtreme).
7. Хоба (туристические сидушки).
8. Термосы\бутылки\кружки (на выбор).

Все вещи упаковать в отдельные целлофановые крепкие пакеты (на случай дождя, чтобы не промокли). Если есть индивидуальные необходимые препараты, то передать вожатым со схемой приема.

Рекомендуемая сумма денег с собой 10 000 руб. на приобретение фирменной сувенирной продукции, посещения детского кафе «Дикий Бобер».

ВНИМАНИЕ! Уважаемые родители!

Убедительная просьба проверить багаж Ваших детей перед отправкой в лагерь на наличие запрещенных вещей.

Мобильные телефоны в лагере запрещены!