

# Спортивные сборы в Пятигорске 2016

27 октября -06 ноября 2016

СК "Горизонт"

Снаряжение	Кол-во	Примечание
Рюкзак или чемодан на колёсиках	1	от 35 литров - 60 литров. В рюкзак должны помещаться все вещи ребёнка.
Рюкзак маленький	1	для прогулок и тренировок. В рюкзак должны помещаться вещи для тренировки и теплая кофта.
КЛМН	1	кружка, ложка, миска, нож. Посуда должна быть либо пластиковая,
Головной убор	1	бандана, кепка или лёгкий бафф (бафф-полоска одевающаяся через голову, может использоваться как шарф или головной убор)
Шапка	1	
Шарф	1	лёгкий шарф на случай ветренной погоды.
Плащ от дождя	1	лучше штаны и куртка с капюшоном
Кроссовки	2	Второй парой обуви могут быть ещё одни кроссовки или не теплые ботинки.
Сандали или шлёпанцы	1	обувь для поезда и помещений
Носки х/б	7	
Носки термо	1	или тёплые шерстяные/ангорковые
Штаны	2	штаны для радиальных выходов, занятий на скалах.
Велосипедки или шорты	1	для занятий на скалодроме
Кофта с длинным рукавом или водолазка	2	для повседневных занятий. Основные требования – должна закрывать локти, не должна быть теплой.
Куртка непродуваемая	1	на случай холодной погоды.
Свитер или кофта из флиса или материала Polartec	1	
Жилет	1	не обязательная, но желательная вещь. Должен одеваться на куртку или под куртку.
Футболка	5	
Нижнее бельё	7	
Умывальные принадлежности	1	зубная щётка, мыло, шампунь, расчёска, зубная паста
Полотенце	1	
Туалетная бумага или влажные салфетки	1	
Влажные салфетки	60 шт	ориентировочное количество
Блокнот и ручка	1	
Литература / игры в поезд	1	
Фонарь	1	может не быть.
Фотоаппарат	1	может не быть.
Мобильный телефон.	1	простой телефон, который не жалко потерять. В лагере будет место для позрядки телефонов.
Личная аптечка		<b>ВНИМАНИЕ!</b> Если у ребёнка есть аллергия на цветение, пищевая аллергия, нюансы со здоровьем, <b>обязательно</b> сообщите об этом нам <u>заранее!</u> Писать можно на почту <a href="mailto:yliandra@yandex.ru">yliandra@yandex.ru</a> в теме письма "Пятигорск 2016" или по тел. <b>8-916-190-05-69</b> - Юлия Путилова
<b>Документы ОРИГИНАЛЫ</b>		<b>паспорт или свид. о рождении + мед. Полис (ОМС)! ВНИМАНИЕ!</b> Ребёнку надо взять документ который был указан при заявке ребёнка в лагерь. Если документ к моменту отправления группы поменяется, то необходимо заранее сообщить об этом руководителям группы.
<b>Специальное снаряжение*</b>		
Скальники	1	* Если у ребёнка нет своего снаряжения просьба заранее сообщить об этом нам. Писать можно на почту <a href="mailto:yliandra@yandex.ru">yliandra@yandex.ru</a> в теме письма "Пятигорск 2016" или по тел. 8-916-190-05-69 - Юлия Путилова
Система (только беседка)	1	
Каска	1	

**Не стоит собирать ребёнку отдельную аптечку "на все случаи жизни", а так же класть в аптечку антибиотики и другие опасные лекарства, если нет особых предписаний от врача. Помните, дети могут употреблять их не по назначению!  
Аптечка в группе должна быть одна и находится она должна у руководителей.**