

# Поездка - спортивные сборы в Геленджике на весенних каникулах

СК Горизонт

Рекомендуемый список личного снаряжения		
Наименование	Кол-во	Примечание
Рюкзак	1	от 35 литров - 60 литров
Коврик	1	
Спальник	1	
КЛМН	1	Кружка, ложка, миска, нож. Посуда должна быть либо пластиковая, либо металлическая, ножа может не быть вовсе.
Сидушка	1	
Бандана/кепка	1	
Плащ	1	лучше штаны + куртка с капюшоном
Резиновые сапоги	1	
Кроссовки	1	
Сандали или шлёпанцы	1	обувь для отдыха на базе
Носки х/б	10	
Носки термо	1	
Штаны ходовые	2	
Термобельё (верх, низ)	1	Верх + низ. На случай плохой погоды. Если нет термобелья, подойдет синтетическая водолазка + трико
Штаны из плотного материала	1	Для повседневных занятий. Основные требования – должны закрывать колени, должны быть сделаны из дышащей ткани.
Штаны спортивные	1	
Велосипедки или шорты	1	
Кофта с длинным рукавом	2	Для повседневных занятий. Основные требования – должна закрывать локти, не должна быть теплой, должна защищать от комаров.
Куртка непродуваемая	1	ветровка
Свитер или кофта из флиса или материала Polartec	2	
Футболка	6	
Шапка	1	
Баф	1	лёгкий шарф
Перчатки рабочие	2	
Нижнее бельё	10	
Умывальные принадлежности	1	зубная щётка, мыло, шампунь, расчёска
Полотенце	1	
Туалетная бумага или влажные салфетки	1	
Влажные салфетки	60 шт	Ориентировочное количество
Блокнот и ручка	1	
Литература	1	
Фотоаппарат	1	
<b>Документы</b>		паспорт/ свид. о рожд + мед. полис!
<b>Личная аптечка</b>		<b>Внимание: по вопросам здоровья и непереносимости продуктов у ребёнка писать на почту yliandra1@gmail.com - Путиловой Юле.</b>