

Список рекомендуемых вещей для программ на Белом море Зима 2020-2021

Каждый участник программы должен иметь с собой следующий набор снаряжения:

Небольшой рюкзак, в который должны уместиться вещи, необходимые для радиальных выходов: запасные варежки или перчатки, сменные носочки, дополнительная теплая одежда, фляжка или термокружка, или термос для чая (0,5-1 л).

Это существенно: Наличие всех перечисленных позиций обязательно для радостного и безопасного участия в программе. На программе НЕТ магазинов и вы не сможете приобрести недостающие вещи. Пожалуйста, будьте внимательнее собираясь в поездку!

В районе проведения программы **работает только «Мегафон».**

Рекомендации по одежде. Зима на Белом море прохладнее зимы в центральной России примерно на 3С. Это означает, что температура в декабре-январе, как правило, находится в интервале от -10С до -20С. Участники программы должны быть готовы к тому, чтобы провести целый день на природе. Выбирая время для продолжительных экскурсий, мы стараемся подстраиваться под погоду так, чтобы не оставаться на целый день без крова над головой, но, каждый участник должен иметь полноценный комплект теплой одежды и обуви, плюс к этому **рекомендуем приобрести «Самогревы».**

Эти простые соображения и имеющийся опыт позволяют нам рекомендовать следующий список одежды и обуви:

Теплая (зимняя) куртка с капюшоном (1 шт.)

Теплые брюки или полукомбинезон (1 шт.)

Комплект теплой одежды (джерпер, свитер и кофта)

Шапка (2 шт.), перчатки или варежки (2 шт.), шарф

Теплые сапоги с чулком, который можно извлечь, если нужно будет просушить обувь и/или теплые высокие ботинки

Термобелье — комплект

Нижнее белье

Теплые носки

Средства личной гигиены (гель для душа, шампунь, зубную щетку, пасту)

Домашние тапочки или сменная обувь для Домиков

Фен

Индивидуальные сушилки для обуви

Необходимые лекарственные препараты

Термокружка или термос для чая (0,5-1 л).

Нарядная одежда для праздника

Фейерверки (по желанию)

По желанию, можно будет приобрести различные местные специалитеты и рыбу с собой (навагу, камбалу, корюшку). В этом случае, нужно будет взять с собой термосумку или дорожный холодильник.

Деньги на сувениры, специалитеты, дополнительные услуги и еду и напитки из бара.

Документы в дорогу:

Собираясь в дорогу, не забудьте взять с собой:

1. Российский паспорт, свидетельства о рождении детей
2. Полис обязательного медицинского страхования (или другой медицинской страховки)