



Снежно-ледовые занятия

(лёд)



Место проведения: Московская область, д. Полушкино

Снаряжение и экипировка

Личное альпинистское:

- Страховочная система,
- каска,
- 5 карабинов (муфтующихся),
- страховочное устройство (типа «лукошко», ATC guide, reverso и подобное),
- 2 уса самостраховки (из динамической верёвки (кусок 3м, диаметром 9-10мм) или заводская),
- репшнуры диаметром 7 мм (1,5м и 5-7 м)
- Ледоруб,
- Кошки

* Будет приветствоваться наличие пары своих ледовых инструментов (молотков), ледобуров (2шт) и стационарных петель (1-2 петли 1-1,5м)

Одежда и обувь

- Походная (аутдор) одежда, позволяющая пребывать в зимнем лесу 2 дня. Обязательно наличие тёплой пуховки и перчаток для работы со снаряжением + верхонки (рукавицы, которые надеваются поверх перчаток). Перчатки лучше две пары

Параметры одежды так же корректировать согласно прогнозу погоды.

- обувь – трекинговые или альпинистские ботинки (с учётом зимних условий)
- гамаши или бахилы
- перчатки

Бивуачное снаряжение (для тех, кто будет заниматься 2 дня):

- Термос + перекус на первый день занятий (до вечернего ужина). *

- Спальник (по погоде – ориентироваться на температуру «комфорта» спальника)
 - Туристический коврик
 - Палатка (одна на 2-4 человека)
 - компактная снежная лопата
 - Фонарик (налобный)
 - сидушка («попник»)
 - КЛМН (кружка, ложка, миска, нож)
 - газ-горелка- котел (в зависимости от типа питания, будет обсуждаться отдельно)
 - Продукты питания (будет обсуждаться по факту кол-ва участников)
- * кто планирует заниматься один день, из списка можно ограничиться только термосом и перекусом