|  |
| --- |
| 2017 International Ice Through Survival Challenge at Northern-most coast of China Список Личного Снаряжения |
| Место: ледяная береговая зона, устье реки Ляохэ, угодия города Паньцзинь провинции Ляо Нин, КитайГеографические координаты: Е121°47'2890", N40°54'3043"Температура в день в течение пяти лет: Минимальная -23℃， максимальная 0℃，средняя температура -15℃Сила ветра в день в течение пяти лет: 4-5 м/сек（максимум 8 м/сек）Направление ветра в день в течение пяти лет: северный ветер/юго-западный ветерВремя на маршруте: три дня и две ночиМаршрут по льду: лед в зоне устья Ляохэ и лимана реки Далинг, 55-60км, трекинг по морскому льдуКемпинг: на поверхности льдаТребование к окружающей среде: запрещено применение всех косметических принадлежностей, нельзявыбрасывают пищевые отходы，а ходить в туалет в указанное место.Будет предоставлено: кухня и горячая вода в базовом лагере. Но Вы должны принести свои собственные: посуда и оборудование для кемпинга. |
|  | наименование оборудования | Рекомендации | Примечания |
|  | Спальный мешок | Кокон - спальный мешок, температура -25 ℃ до -30 ℃, водонепроницаемый мешок | Предложение: 90/10 гусиный пух, более 700г заполнить вниз, 700 + FP |
| Флисовый вкладыш в спальный мешок | Вельветовый | Высокой плотности, легкий |
| Светильник для палатки | LED | с использованием батареек |
| Кемпинговая посуда | Два котелочка |  |
| Термос | 1L-1.5L |  |
| Посуда | вилка, ложка | Желательно складной |
| Мультитул-нож | Multi-function  | Лезвие длиной не более 9 см, без зазубрин и желоба для стока крови |
|  | термобелье | Quick-dry, perspiring | COOLMAX or other quick-dry material  |
| Флисовая кофта | More than 200G fleece or windproof soft shell | POLARTEC/WINSTOPER |
| Полларовые брюки (или альтернативный вариант) | More than 200G Polartec or Down filling more than 250g | POLARTEC、90/10 down 600FP |
| куртка / пуховик + куртка (альтернативный вариант) | Waterproof fabric, tear-resistant/Down filling more than 350g, windproof and waterproof breathable jacket | down jacket: 90% goose, 10% feathers 700G down content, more than 700 fill powerdown jacket wear inside：more than 350G down content, more than 700 fill powerJacket：G-TEX、EVENT |
| Водонепроницаемые штаны | Windproof, waterproof, breathable | POLARTEC/WINSTOPER/G-TEX |
| Носки | Wool stocking/thickness, quick-dry | 3 пары толстых |
|  | Туристические ботинки | Water proof, high upper of shoes、warming |  |
| Запасная обувь для лагеря | Теплая и легкая |  |
| Шапка | Fleece hat+fleece scraft/Windproof hat（alternative） |  |
| Очки | Спортивные очки / темные очки(Альтернатива) | Не использовать контактные линзы |
| Перчатки | Водонепроницаемые вниз / хлопок перчатки + флисовые перчатки с пятью пальцами |  |
| Гамаши | Long; waterproofing | G-TEX |
| Рюкзак | Мужчинам: больше чем 60LЖенщинам: больше чем 45L | Хорошая подвесная система |
| кошки | 8-10 зубые ходовые кошки + простые кошки | Простые кошки для препятствий, ходовые кошки для долгого путешествия. |
|  | Налобный фонарик | Со сроком работы не менее 48 hours |  |
| 6 mm вспомогательный шнур | 6m | С резервом |
| Карабин | 2 | С резервом |
| 120cm стропа | 1 | С резервом  |
|  | Упряжь (Harness ) | 1 | С резервом  |
| лекарства | Личные общие препараты | С резервом крейсерская способность в течение 3-х дней, банк силы |
| Персональная скорая помощь | спасательное одеяло, нагреватель колодки, магниевый стержень,, Многофункциональный пассатижи / инструмент,медицинский набор (включают в себя: эластичный бинт, треугольные бинты, лейкопластырь, термометр, обморожениях крем, противовоспалительное лекарственное средство, антидиарейные, жаропонижающее)Портативный телескоп | С резервом |
| ЖПС  | Портативный GPS, компас, телефон навигации Карта | работоспособный в течение 3-х дней, банк силыНе используйте косметические принадлежности. |
| Окружающая среда | Зеленые мешки для мусора |
| Ежедневная санитария | Towel, toilet paper, chamber pot, waterproof bag Полотенце, туалетная бумага, ночной горшок, водонепроницаемый мешок |
| Камера, фотокамера |  |
|  | Еда  | личные добавки к пище, энергетики | питание в Лагере - централизованное  |
| Флаг федерации |

|  |
| --- |
| 2017 International Ice Through Survival Challenge at Northern-most coast of China  |
| фотоаппарат | шапочка ходовая |
| батарейки для фотоаппарата | балаклава |
|  флешки для фото и просто для фоток | баф |
| пакетик для документов | рукавицы с перчатками на резинках |
| документы -паспорт-полис | куртка гортекс |
| деньги-рубли-доллары-ены | полартек толстый ходовой |
| виза, пермиты, билеты | полар тонкий ходовой |
| карты 2шт | термобелье верх ходовое |
| визитки, листовки? | часы |
|   |  термо трусы :) |
|   | термобелье низ ходовое |
|   | штаны полларовые трекинговые |
| шапочка полар,термо | штан ветров водонепроницаемые |
| термобелье низ флис | гамаши на ноги |
| термотруселя (запас) | носки ходовые |
| термобелье верх флис | ботинки ходовые |
| носки поларовые 3пары | хобочка |
| чуни |   |
| зап обувь(кросовки) | трекинговая палка |
| пуховик | Очки спортивные |
| футболка запасн сменная | очки-маска горнолыжная |
| носки простые |   |
| перчатки полар зап | видеокамера гоупро с батарейкой |
| пуховик-безрукавка | ЖПС  |
|   | пауэр банк |
| Еда  | батарейки Дураселл 16шт |
| Мультитул-нож | сотовый  |
| кружка | компас 1шт |
| миска (ковшик ) | градусник в ударопрочном корпусе |
| ложка, вилка  | бинокль |
| Термос 1-1,5-лит | тетрадь,ручка, диктофон |
| котлы общие 2шт | палатка с тентом ( полтарашка-двушка) |
| поварежка | коврик ижевский 3-х слойный |
| ножик мах 9см | спальник -30 в компрессионнике |
| ветрозащита | Флисовый вкладыш в спальный мешок |
| газ балон | полотенце |
| горелка газовая | зубастая щетка |
| сухое горючие,спирт | Крем защитный солнечный |
| спички | Зеленые мешки для мусора |
| пассатижи-мультитул | Ежедневная санитария |
| Светильник для палатки(запасной фонарик) | туалетная бумага |
| Флаг федерации | ночной горшок! |
| флаг гринтура | герметик |
| простые ходовые кошки | спасательное одеяло |
| 8-10 зубые кошки  | нагревающиеся стельки-грелки |
| Налобный фонарик | магниевый стержень(поджигатель) |
| Рюкзак больше чем 65 лит | эластичный бинт |
| 120cm стропа | лейкопластырь |
| 6 mm вспомогательный шнур 6метров мин | крем от обморожения |
| Карабин 2 шт мин | противовоспалительное-(терафлю?) |
| обвязка | средство от поноса |
| энергетики питательные | от температуры таблетки |