

**ФАКТИЧЕСКИЙ СПИСОК** снаряжения,  
взятого в одиночное путешествие по Швейцарии,  
23 августа - 2 сентября 2013  
[www.kovinov.com](http://www.kovinov.com)

\* число в скобках указывает на снаряжение на фото в рассказе <http://www.kovinov.com/treking-po-shvejcarii/>

## **СНАРЯЖЕНИЕ**

- трекинговые палки (1)
- маленький рюкзак в самолет (2)
- рюкзак (3)
- палатка (4)
- рэйнковер на рюкзак (5)
- коврик (6)
- спальник (7)
- очки не ниже 3 кат. (32)
- налобный фонарик (51)
- запасные батарейки для фонарика, GPS и плеера (52)
- сидуха (60)
- компас (36)

## **ОБУВЬ**

- кроссовки (61)

## **ОДЕЖДА**

- мембранная куртка (8)
- мембранные брюки (9)
- ветровка (14)
- флисовая кофта (13)
- спортивные футболки (25+26+29)
- термофутболка (31)
- трекинговые брюки (24)
- легкие летние брюки (23)
- теплая шапочка (11)
- теплые термокальсоны (12)
- вело-шорты с памперсом (15)
- вело-футболка (16)
- повязка на уши (17)
- питьевая бутылка (18)
- рубашка (19)
- х/б футболка (20+21)
- спортивные носки, 3 пары (22)
- флисовые перчатки (27)
- шорты легкие (28)
- «козырек» (30)
- плавки (59)

## **КУХНЯ И ПИТАНИЕ**

- газовая горелка с баллоном (газ покупался по прилету, в Швейцарии) (55)
- кружка с ложкой (54)
- складной нож (40)
- зажигалка (46)
- еда, сублиматы (33)
- спортивный напиток Isostar (34)

- витамины (35)
- мешок для мусора (56)

### **ЭЛЕКТРОНИКА**

- смартфон: телефон, фотоаппарат, записная книжка, интернет (39)
- фотоаппарат-мыльница + доп.аккумуляторы + зарядка (38)
- GPS-навигатор (45)
- солнечная батарея с доп.аккумулятором, нет на фото (43)
- запасной телефон с зарядкой (44)
- музыкальный плеер (53)

### **АКСЕССУАРЫ**

- документы (41)
- гермочехол для документов (42)
- НЗ-набор: химические одноразовые грелки для рук и ног (49)
- НЗ: тонкая спасательное одеяло (50)
- спички в гермо-чехле (48)
- гигиеническая помада (47)
- LensPen для чистки оптики (37)
- косметичка: влажные салфетки, ТЮ, зубная щетка, бритва, дезодорант (57)
- полотенце из микрофибры (58)
- флаг магазина Спорт-Марафон (10)

### **Стоило добавить (на будущее!):**

- пуховый свитер (было холодновато!)
- полноценные трекинговые носки (забыл!)
- сандалии (для города, а то ходил в грязных кроссовках по городу!)
- бриджи
- дополнительный аккумулятор для айфона (если не будет солнца для зарядки от солнечной батареи)