Снаряжение личное (велопоход)

Позиция	Примечание	Наличие
Документы, деньги, …		
Ключи от квартиры		
Паспорт	В непромокаемом пакете, можно хранить с основными деньгами	
Студенческий (если есть)	Иногда помогает экономить	
Деньги	Основные в непромокаемом пакете в глубине рюкзака	
Мелочь + кошелек/"набрюшник"	Для постоянных расходов, лежит поблизости	
Билеты		
Маршрутные документы	Маршрутная книжка (у командира группы)	
Телефон + зарядка к нему	Одна зарядка на двоих	
Бивачное		
Спальник	Выбирается по весу и объему - чем меньше, тем лучше. В форме кокон.	
Коврик/пенка	Двухслойная от 0,6 см, однослойная от 1 см	
Пенопопа	Она же сидушка	
КЛМН в чехле	Кружка + Ложка + Миска + Нож	
Фонарик (налобный)	С работающими элементами питания (+ запасные)	
Швейнабор	По желанию	
Прочные полиэтиленовые пакеты	Для упаковки вещей, если нет чехла на велоштаны, грязной обуви, фруктов, канов и т. п. Можно взять пакеты для мусора	
Пластиковая бутылка (по желанию)	Иногда не помешает дополнительная емкость для воды	
Гигиена		
Зубная щетка + паста	В непромокаемом пакете	
Мыло	В мыльнице или пакетике	
Полотенце маленькое	Много не весит, но таскать с собой на умывания удобнее, чем большое	
Полотенце большое	Не плотное, если предполагается мыться	
Стиральный порошок	По необходимости, можно взять по месту	
Бритвенные принадлежности	Бритва, зеркальце, пена	
Дезодорант	Чтобы в магазине народ не пугать	
Расческа		
Носовой платок		
Салфетки влажные/гигиенические		
Туалетная бумага	В непромокаемом пакете	
Вело		
Велосипед	В исправном состоянии	
Велобагажник	Ни в коем случае не ИБЕРА!!!	
Велоштаны	Специальный велосипедный рюкзак	
Чехол для байка	Для перевозки в транспорте. Альтернатива - полиэтиленовые пакеты 250 л.	
Гермомешки	Или упаковать пакет с вещами в три нормальных пакета, чтобы вода не просочилась	
Светотехника	Передний фонарь и задний красный маячок	
Велофляга	В засушливых районах большего размера	
Набор экспандеров (по желанию)	Резинки с крючками на концах для притягивания чего-то там	
Велоаптечка	Клей + заплатки	
Запасная камера	Желательно 2 шт.	
Насос	Со шлангом своего формата	
Тормозные колодки	Комплект	
Петух	Он практически уникален, покупать нужно сравнивая со своим, снятым с велосипеда	
Спицы	По нескольку штук, передние и задние (с 2 сторон) могут различаться по длинне	
Аптечка (личная)		
Детский крем	Помогает при натертостях	
Крем для загара	Максимальный фактор для похода (помнить про уши, пятки в сандалях и под коленками)	
Крем противомоскитный	Для кожи или одежды, смотреть по себе	
Пластырь антимозольный		
Анальгин	Универсальные таблетки - помогают от многого	
Зеленка		
Перекись водорода		
Бинт стерильный	Небольшая упаковка	
Индивидуальные таблетки	От аллергии или личных типичных болячек	
Обувь		
Кроссовки, сандали или тапочки	Для бивака, мягкие и удобные	
Велоботинки, велотуфли или кроссовки	Для езды (с жесткой подошвой)	
Сандали+неопрен или трекинговые боты	Для бродов или движению по сыпухе на сложных маршрутах	
Одежда для движения		
Шлем с козырьком или с кепкой	Для защиты (в том числе от солнца) при езде	
Бандана, баф или балаклава	В жару можно мочить, в холод должно защищать уши и лицо от ветра	
Велоперчатки	Когда тепло - без пальцев, по холоду - теплые с усилителями на ладонях + флисовые	
Велоочки (по желанию)	Весьма желательно, особенно при езде по лесу или когда много мошкары или пыли	
Наколенник (при необходимости)		
Веломайка + велотрусы (с памперсом)	Для езды, когда тепло (в жару лучше с длинным рукавом)	
Велорубашка + трико (с памперсом)	Для езды, когда холодно	
Куртка непродуваемая (виндстопер)	Хорошо, чтобы она была и непромокаемая, но "дышащая", желательно с капюшоном	
Флиска	Для утепления в холодную погоду	
Непродуваемые штаны	Для езды зимой	
Горнолыжная маска (при необходимости)	Для езды зимой	
Гамаши	Для езды по лужам	
Носки неопреновые	По желанию для избранных (хорошо помогают, если постоянно идет дождь)	
Одежда для лагеря		
Нижнее белье	2 комплекта	
Носки простые	Не менее 3 комплектов, можно иметь и трекинговые (с упрочненной пяткой)	
Носки шерстянные (при необходимости)		
Купальный костюм		
Футболка	1-2 шт. для поезда и бивака, неплохо если с длинными руками (надеть под свитер или когда обгоришь)	
Шорты	На теплую погоду	
Штаны	Плотные "комароустойчивые", которые не жалко продырявить возле костра	
Свитер шерстяной	На холодную погоду	
Куртка от дождя (мембранка)	Или плащ если нет нормальной куртки	
Одежда для сна	**Должна быть всегда сухая, как и спальник, надевать только ко сну**	
Термобелье (по желанию)	Для сна в теплую погоду	
Флисовая пижама + носки	Для сна в холодную погоду	
Шапка	Для сна в холодную погоду	