

Список личных вещей в Санкт-Петербург

- 1 Лыжи, лыжи запасные, палки метал, если они облегченные взять запасные из клуба.
- 2 Перчатки лыжные, варежки теплые, перчатки повседневные
- 3 Термобельё, лучше 2 комплект (если нет, колготки + водолазка)
- 4 10 булавок, ручка, тетрадь, скотч, цв. карандаши или фломастеры
- 5 Разминочный костюм зеленый «Фотон» + флиски
- 6 Обувь: кроссовки, лыжные ботинки, шлепанцы, теплые ботинки для хождения повседневного.
- 7 Носки: термоноски, шерсть. 1 пара, эласт. – 2-3, х/б - 2 пары.
- 9 Шапочка лыжная, тонкая шерстяная, толстая гуляльная, баф /маска
- 10 Трусы, футболки, плавки (если пойдем в баню).
- 12 костюм спортивный для корпуса
- 13 Ветровка (утепленная или куртка, но только не пуховик – для катания на лыжах в мороз. Штаны утепленные (типо горнолыжных на подтяжках, чтобы спина была прикрыта, для катания в мороз).
- 14 Куртка теплая ходильная
- 15 Для дороги и походов - ложка, кружка, термос, не больше 0,5(0,7)
- 17 Умывальный набор с шампунем, мочалкой, кремом для лица (жирный, можно от мороза), расческа
- 18 Рюкзак до 30л, можно сумку для сменной обуви (маленький рюкзачок на веревочках) – в нем все для экскурсий.
- 19 Книга, (настольные игры), диски с фильмами на флешке или диске.
- 20 Часы!!! Фонарик!!! Запасные батарейки!!!
- 21 Личные деньги на экскурсии + сувениры (у них всего 2 выгула, и час на вокзале во время отъезда)
Много не давать, детей не балуйте!!!
- 22 Скребок, парафины, фибертекс у кого есть
- 23 Швейный набор для пришивания булавок для маркировки (все будим учиться шить!!!)
- 24 Планшет + столик для маркировки + резинки 10шт + компас летний
- 25 Дневник тренировок, проследить, чтобы сзади было много чистых листов
- 26 Для праздника: открытка с личным придуманным шуточным поздравлением и пожеланием, минипрезент, атрибутика для праздничного костюма, бенгальские огни, по желанию- петарды, подготовить конкурс для праздника с необходимой к нему атрибутикой (один конкурс придумать и записать на листочке, все для его проведения взять с собой).
- 27 Печенье, конфеты, пачка чаю в пакетиках, лимон - к чаю. Витамины - начать принимать за неделю до выезда.

Необходимо сложить всё:

1. все вещи в один (1) – это одно место – один рюкзак/один чемодан на колесиках/ одна сумка
2. в один рюкзачек - все для экскурсий (часы, деньги, влажные салфетки, бутылочка с водой, шоколадка, блокнотик маленький для записок + ручка, маленькая карманная игра). Это всё! - там нет сменных вещей, тяжелых книг, еды, бутылок.... Мы с этим рюкзачком ходим по всем выставкам и программам, поэтому он должен быть легким и не выглядеть «кучей», с которой в музей не пускают.
3. пакет с едой (еда на 2 едки: завтрак (идеально – йогурт, бутерброды, развозные каши, фрукты) и перекус между переездами экскурсий на случай большого голода, в случае мозгового штурма (моей активной экскурсионной программы) – идеально- шоколадки маленькие (30гр), соки маленькие, бутербродики, чаек в термосе.
4. лыжный инвентарь – чехол, если нет, то завязками плотно + веревочками дополнительно