



## **Список рекомендуемого снаряжения в зимние и весенние туры по Байкалу**

Если вы отправляетесь в зимний тур на Байкал или на отдых весной, следует хорошо экипироваться. Средние температуры января минус 21°C. Сильные морозы, до -35° обычно выпадают на январь и начало февраля. Но в канун Нового года на Байкале обычно стоит тихая погода со средними температурами -10, -15°. После 15 января в южной части озера начинает замерзать. Температуры могут упасть до -35, -40°. Однако после замерзания озера температуры стабилизируются и, как правило, не опускаются днем ниже -20°C.

С начала марта на Байкал приходит весна. Дневные температуры растут с каждым днем. Солнечные лучи отражаются от ледяной поверхности озера и создают благоприятные условия для отдыха. В безветренную погоду в марте по льду озера можно гулять в одной майке и получить шоколадный байкальский загар. Однако не стоит забывать про сильный и холодный ветер, который присутствует практически всегда.

### **Обувь**

В первую очередь обувь должна быть теплой, и желательно, чтобы она не промокала. Лучшей для сибирской зимы считается традиционная сибирская обувь - это унты и валенки. В такой обуви ходили еще наши деды в самые сильные морозы. Однако, если у вас нет валенок и унтов, рекомендуем воспользоваться современными аналогами. Качественную спортивную обувь для зимы делают компании Salomon, Sorel, Meindl. Основные качества, которыми должны обладать зимние ботинки, это наличие хорошего синтетического утеплителя (идеально 200 гр), подошва с неглубоким протектором и из «мягкой» резины (чтобы не скользила), наличие мембран, износостойкость.

### **Верхняя одежда**

Куртка и брюки должны быть удобными, теплыми, должны «дышать» и быть легкими. Идеальный вариант для куртки — пуховка (пуховик). Она обладает всеми вышеперечисленными качествами. Также можно рассмотреть куртки с синтетическими наполнителями (Thinsulate, Primaloft). Куртка должна иметь капюшон, желательно чтобы она имела манжеты из мягкой ткани, затяжки на поясе и горловине (от ветра). Мы рекомендуем вам посмотреть куртки таких брендов, как Bask, Red Fox, Sivera, Marmot, Millet. Брюки (мужские и женские) должны обладать теми же качествами, что и куртка. Плюс они не должны продуваться, должны иметь специальные «гамашки» (защита от снега). Достаточно удобны комбинезоны. Приятная мелочь - это наличие вентиляции. Утеплитель для брюк лучше выбирать синтетический. Компании - производители те же, что и для курток. Для весенних туров хорошо подойдут и горнолыжные костюмы – это облегчит Вам выбор, а в туре будет достаточно комфортно.

### **Шапка и варежки**

Шапки лучше брать синтетические с непродуваемыми мембранами (Windstopper, Windbloc). Желательно, чтобы была защита ушей.

### **Перчатки и варежки.**

Начнем с того, что их нужно брать 2 комплекта, т.к. они могут порваться, промокнуть и т.д. Перчатки лучше брать из синтетических тканей. Хороший вариант, это тонкие перчатки из флиса или Polartec (для того, чтобы фотографировать) и краги из непромокаемых материалов (краги – это большие варежки из плотного капрона). В запас можно взять и шерстяные варежки.



**Про Байкал**  
ТУРОПЕРАТОР ПО БАЙКАЛУ

ООО "Про Бакал"

РТО 020983

+79834112209

probaikalf@ya.ru

### **Термобелье**

Для зимних и весенних туров по Байкалу рекомендуем брать зимнее термобелье из тонкого флиса или Polartec, натуральной шерсти. Посмотрите термобелье компаний Guahoo, Red Fox, Virus, Bask, Sivera. Важно, что термобелье лучше всего «работает» в комплекте с флисовой кофтой и мембранной курткой. Если Вы выбрали верхней одеждой горнолыжный костюм, а в туре предусмотрены малоподвижные экскурсии – возьмите кофту потолще! Ведь мембрана «работает», когда человек активно двигается.

### **Прочее**

Солнцезащитный крем (фактор защиты не менее 20). Весной на Байкале очень яркое солнце!

Солнцезащитные очки (с защитой от UV лучей не менее 2)

Налобный фонарик (и запасные батарейки)

Треккинг-носочки зимние, а так же шерстяные носки

Купальные принадлежности (Если вы собираетесь в баню или на горячие источники)

Личную аптечку (если у вас есть какие-нибудь специфические назначения, а лекарства сложно найти в деревенской аптеке)

Фото- и видеоаппаратуру и зарядные устройства к ней.