

Оптимизированный список личного снаряжения.

Элемент <i>личного</i> снаряжения:	Вес в граммах	На плечах	На себе и в руках	Предназначение и общие предпочтения
Куртка, в том числе, от дождя	500	+		Дышащая (гортекс или аналог), постоянного ношения
Штаны от дождя для пешки	400	+		Дышащие (гортекс или аналог), как запаска на сплаве
Колготы (вайдерсы) для рыбалки и сплава	1200	+		Дышащие (гортекс или аналог), постоянного ношения
Обувь для сплава, как бивачная на пешке	1000	+		1 пара: кеды, неопреновые боты или ботинки забродные
Пешая обувь, как бивачная на сплаве	1100		+	1 пара: турботинки высокие с подошвой типа «Вибрам»
Шапка с полями от солнца (и комаров)	50		+	Тонкий брезент
Шапочка трикотажная утепленная	50	+		Тонкая шерсть или флис, комбинация с синтепоном
Очки от солнца	50		+	Поляризованные стекла гасят блики от воды
Свитер из флиса или его эквивалент	450	+		Плотно сидящий (пусть лучше маловат, чем с пузырями)
Легкие брюки (в т.ч. для цивилизации)	280		+	Типа «сафари», капроновые или из тонкого брезента
Рубашка с длинным рукавом (цивил.)	350		+	Типа «сафари», в том числе от солнца, постоянно
Капроновая ветровка (анорака)	150		+	От комаров; адсорбент влаги в затяжной дождь
Термобелье (комплект: верх + низ)	400		+	Синтетическое постоянного ношения
Смена нижнего белья, 1 комплект	150	+		Индивидуально
Носки	250	+		Полушерстяные (3 пары), тонкие синтетические (2 пары)
Коврик теплоизолирующий	500	+		Надувной типа «Therm-A-Rest» или из пенополиэтилена
Спальник	1000	+		Синтепоновый (hollow fiber) в расчете 2 кг на двоих
Весло канойное	1100		+	Оптимальна конструкция полиэтилен + дюраль (в руках)
Рюкзак + защитный чехол от дождя	2000	+		Объем более 100 л (желательно 120-140 л) с подвеской
Гидромешок для личных вещей	500	+		Объем мешка 50-60 л, со скатывающейся горловиной
Личная гигиена и прочее (док-ты, деньги)	200	+		Комплект для умывания, часы, носовой платок, паспорт
Перчатки тонкие шерстяные	100	+		На особо холодную погоду
Гольфы неопреновые	280		+	Для бродов на волоке
Щитки на голень	130		+	Для движения по трудному грунту, на проводке судна
Накомарник	100		+	Обязательно взять 1 запасной на группу
Веревка для привязывания вещей	200	+		Репшнур диам 6 мм и длиной 6 м или багажные ремни
Общий вес→на плечах→на себе и в руках	12500	8500	4000	Удобная подвеска рюкзака (латы, пояс) весит прим. 1 кг