


Добро пожаловать в одно из самых легендарных путешествий России – экспедицию по **Колымскому тракту!** Колымский тракт – это 2000 км бездорожья, вечной мерзлоты, бескрайней тайги и безмолвных гор. Здесь нет места случайностям: только **подготовка, дисциплина и уважение к стихии.**

В этой памятке мы собрали ключевые рекомендации для тех, кто готов бросить вызов себе и этой великой северной дороге. Готовы? Тогда в путь – Колыма ждёт сильных духом!

 Важно: это не туристический маршрут, а **экспедиция**, где отсутствует привычная инфраструктура. Просим учесть это при планировании.

С собой необходимо иметь:

1. Предметы личной гигиены
2. Личная аптечка (в том числе гигиеническая помада и жирный защитный крем для лица)
3. Походная посуда
4. Термос/термокружка
5. Растворимые салфетки
6. Нож, налобный фонарик
7. Фото- и видеоаппаратура, запасные батарейки
8. Рюкзак
9. Рукавицы из натурального меха
10. Перчатки теплые
11. Кофта теплая
12. Штаны с утеплителем
13. Термобелье шерстяное (хлопок не подходит)
14. Шапка теплая и непродуваемая
15. Шарф или баф
16. Балаклава-маска из плотного материала
17. Носки шерстяные
18. Носки теплые
19. Куртка пуховая для низких температур на  $-40^{\circ}\text{C}$
20. Ботинки теплые из натурального меха на  $-40^{\circ}\text{C}$  или специальная зимняя трекинговая обувь
21. Стельки для обуви из натурального войлока

Необходимо одеваться тепло и послойно:

- базовый слой (термобелье, не из хлопка для отведения влаги);
- утепляющий слой (флис или шерстяные вещи);
- защитный слой (штаны и теплая куртка на  $-40^{\circ}\text{C}$ , непродуваемые, непромокаемые по возможности; рекомендуем ветрозащиту на молнию);
- обувь (теплые из натурального меха на  $-40^{\circ}\text{C}$  или специальная зимняя трекинговая, на 1-2 размера больше);
- прочее: шапка (должна быть теплой, непродуваемой и закрывать уши), балаклава (обязательно из плотного материала для защиты лица), шарф, теплые варежки и перчатки (рекомендуем иметь оба варианта).

**Сух.паёк:** точек питания и продовольственных магазинов на протяжении всей трассы крайне мало. Транспортные перегоны будут на большие расстояния, поэтому рекомендуем запастись сух.пайком на несколько дней заранее (в крупных городах в первый день тура).

Так как зимнее солнце на Севере яркое и отражается от снега, можно взять с собой солнцезащитные очки.

Желательно не брать с собой большие чемоданы, оптимально: походный рюкзак + дополнительный небольшой рюкзак для непродолжительных трекингов. Важно: изделия из пластмассы (в том числе чемоданы) могут легко ломаться на таких морозах.

Документы: паспорт, полис ОМС, ваучер, авиабилеты (маршрутные квитанции), страховой полис (при наличии). Рекомендуем иметь при себе копии своего паспорта.