

	НАИМЕНОВАНИЕ ЛИЧНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ	ВЕС
<i>СПЕЦИАЛЬНОЕ</i>		
1	ЛЕДОРУБ, ПАЛКИ	1,0
2	КОШКИ, СТРОПЫ, МЕШОК ЗАЩ.	1,3
3	ГЕРМОУПАКОВКА ДЛЯ ВЕЩЕЙ	0,3
4	ОЧКИ С/З	0,1
5	ПЕРЧАТКИ Х/Б, БРЕЗЕНТОВЫЕ РУКАВИЦЫ	0,2
6	КАСКА, ПОДШЛЕМНИК	0,8
7	ЖУМАР, "ВОСЬМЕРКА", СИСТЕМА	0,4
8	САМОСТРАХОВКА, РЕПШНУРЫ (4 ШТ)	0,6
9	КАРАБИНЫ (4 ШТ)	0,7
10	ШНУР ЛАВИННЫЙ, ВЕРЕВОЧКИ КАПР.	0,2

<i>ОБЫЧНОЕ</i>		
11	РЮКЗАК	1,0
13	ВИБРАМЫ	1,5
14	КРОССОВКИ	0,3
15	КОСТЮМ "ПОЛАРТЕК"	0,7
16	КОСТЮМ КАПРОНОВЫЙ ВЕТРОЗАЩИТНЫЙ	0,5
17	ПУХОВКА ИЛИ КУРТКА	1,2
18	НОСКИ ШЕРСТ. 2 ПАРЫ	0,3
19	НОСКИ Х/Б 2 ПАРЫ	0,2
20	НАКИДКА П/Э + НАКИДКА ЗАЩ.	0,5
21	СПОРТИВНЫЕ ТРУСЫ, ШОРТЫ	0,3
22	БЕЛЬЕ НИЖНЕЕ 2 ПАРЫ (ТЕРМОБЕЛЬЕ)	0,8
23	ШАПОЧКА ОТ СОЛНЦА (ГОЛОВНОЙ УБОР)	0,2
24	ШАПОЧКА ТЕПЛАЯ	0,2
25	ФОНАРИКИ НА БОТИНКИ	0,1
26	ЗУБНАЯ ЩЕТКА, МЫЛО, ПОЛОТЕНЦЕ, РАСЧЕСКА	0,3
27	ЛОЖКА, ЧАШКА, КРУЖКА, НОЖ	0,4
28	ФОНАРИК ЭЛ. + ЗАП. БАТАРЕЙКИ (3 ШТ.)	0,2
29	ФЛЯГА ДЛЯ ВОДЫ (1,5 Л.)	0,2
30	МАСКА С/З, ПЛАТКИ НОСОВЫЕ	0,2
31	ДОКУМЕНТЫ, ДЕНЬГИ, ЧАСЫ, КАРАНДАШ, БЛОКНОТ	0,3
32	СВИТЕР ШЕРСТЯНОЙ, БРЮКИ, ПОЯС П/Р	1,0
34	ГУБНАЯ ПОМАДА, КРЕМ ОТ СОЛНЦА, ИНД. ПАКЕТ	0,2
35	ВАРЕЖКИ "ТИНСУЛАЙТ"	0,3
36	СТЕЛЬКИ 2 ПАРЫ	0,1
37	"СИДУШКА"	0,2
38	КОВРИК ППУ	0,7
39	КУЛЬКИ П/Э (5 ШТ), МЕШОЧКИ Х/Б (3 ШТ.)	0,4
40	СПИЧКИ В ГЕРМОУПАКОВКЕ	0,1
41	ФОТОАППАРАТ В УП., БАТАРЕИ, ФЛЭШ	0,8
42	БУМАГА ТУАЛЕТНАЯ	0,2

ИТОГО: 16,4

СНАРЯЖЕНИЕ ПЕШЕЕ ОБЩЕСТВЕННОЕ (СЛОЖНЫЕ МАРШРУТЫ)

На группу в

N	НАИМЕНОВАНИЕ	ВЕС 1(КГ)
*****СПЕЦИАЛЬНОЕ*****		
1	ПАЛАТКИ 4 ЧЕЛ.+СТОЙКИ	
2	ВЕРЕВКИ ОСН.*50М*10ММ	
3	КАРАБИНЫ	
4	ОТТЯЖКИ, шнур кевлар	
5	РЕПШНУРЫ,ПЕТЛИ ВСПОМОГ.	
6	МОЛОТКИ ЛЕДОВЫЕ,СКАЛЬНЫЙ	
7	СКАЛЬНЫЕ КРЮЧЬЯ	
8	ЛЕДОБУРЫ, ПРОБКИ	
9	Френды	
***** ОБЩЕЕ *****		
10	ТЕНТ П/Э ИЛИ КАПРОНОВЫЙ	
11	ГОРЕЛКИ газовые	
12	СТЕКЛОТКАНЬ, подставка	
13	КОТЕЛ 6,5 Л.+МЕШОК	
14	НОЖОВКА	
15	ПОЛОВНИК	
16	ГЕРМОМЕШКИ ДЛЯ ЗАБРОСОК	
17	газ	10,0
18	КЛЕЕНКА ОБЕДЕННАЯ	
19	РЕМ.НАБОР	
20	МЕД.АПТЕЧКА	
21	ДОКУМЕНТЫ,КАРТЫ	
22	КОМПАС,КРОКИ	
23	GPS	
24	МОЧАЛКА,БУМАГА ТУАЛЕТНАЯ	
25	СПАЛЬНИКИ-КОМБАЙНЫ	
26	КУЛЬКИ П/Э	
27	МЕШКИ ДЛЯ ПРОДУКТОВ П/Э,Х/Б	
28	ФОТОАППАРАТЫ	
		ИТОГО:

Медицинская аптечка.

№ п/п	Наименование	Кол-во	Использование
1	Бинты стерильные	5+5 шт.	
2	Бинты нестерильные	5 шт.	
3	Вата	100 г	
4	Лейкопластырь ленточный	6 уп.	Борьба с мозолями
5	Лейкопластырь бактерицидный	15 упак.	Борьба с мозолями
6	Эластичный бинт, наколенники	4 шт.	
7	Ножницы	1 шт.	
8	Термометр ртутный	1 шт.	
9	Левомеколь, мазь	2 туб.	При лёгких обморожениях,

			нагноениях
10	Актовегин, мазь	2 туб.	Мелкие порезы, мозоли, ожоги
11	Бальзам «Спасатель»	2 туб.	Мелкие порезы, ушибы
12	Детский крем	1 туб.	Постоянно на лицо и руки
13	Ампициллин	20 табл.	
14	Бисептол	20 табл.	
15	Седалгин	1 упак.	
16	Цитрамон	2 упак.	
17	Супрастин	1 упак.	
18	Но-шпа	20 шт.	
19	Активированный уголь	10 упак.	Аллергия
20	Аллохол	1 упак.	
21	Гастал	1 упак.	
22	Фурацилин	1 упак.	
23	Перманганат калия	10 г	Лечение мозолей
24	Перекись водорода	4 упак.	Полоскание горла при ОРВИ
25	Регидрон	15 упак.	
26	Валидол	1 упак.	
27	Валерианка	1 упак.	
28	Нитроглицерин	1 упак.	
29	Баралгин в ампулах по 5 мл + 20 таблеток - 20 шт.	10 амп.	
30	Шприцы 5 мл	5 шт.	Промывка мозолей на ногах
31	Парацетамол	1 упак.	ОРВИ
32	Димедрол	2 упак.	Аллергия
33	Стрептоцид	2 упак.	ОРВИ
34	Фталазол	1 упак.	
35	Фуразолидон	2 упак.	Кишечные инфекции
36	Иод	1 упак.	
37	Спирт	1 упак.	
38	Марганец	2 упак.	
39	Фестал	20 табл	
40	Мезим-форте	20 табл	
41	Омепразол	20 табл	
42	Полисорб	10 уп.	Есть
43	Лимонная кислота	5 уп.	
44	Тантум-верде или гексорал	1 уп.	
45	Отхаркивающее	2 уп	
46	Стерильные салфетки	2 уп.	
47	Кларитон	1 уп.	
48	Тетрациклин (мазь)	1 уп.	
49	Элестероук	2 уп.	
50	Цинковая мазь (Ласара)	1 уп.	
51	Лидокеин или ксилоин	1 уп.	
52	Амоксиклав	1 уп.	
53	Цитрамон	50 шт.	
54	Пантенол	1 уп	

54	Кетанов	30 табл.	Обезболивание
----	---------	----------	---------------

Наименование	Количество
Декамевит (мультивитамин)	таб.
Метионин (аминокислота для усвоения жиров/белков)	таб.
Глутаминовая кислота (аминокислота необходимая для работы мозга на высоте)	таб.
Аскорутин (витамины)	таб.
Нифедипин (от отека легких)	таб.
Аспаркам (улучшение работы сердечной мышцы)	таб.
Дексаметазон (от отека мозга)	амп. по 1мл
Дексаметазон	таб.
Ацетазоламид (диакарб, диамокс) (профилактика горной болезни, головной боли, мочегонное)	таб.
Аскорбиновая кислота (витамин С)	таб.
Трентал (расширяет периферические сосуды – против обморожений)	таб. и 2 амп. по 5мл
Рибоксин (улучшение работы сердца / печени)	таб.
Ксантинола никотинат (расширяет периф. сосуды – против обморожений)	таб и амп по 2мл
Калия оротат (витамин В12, антидистрофическое, нормализует работу сердца и печени, циркуляцию в капиллярах)	таб.
Фуросемид (лазикс) (очень сильное мочегонное)	таб.
Эуфиллин (бронхорасширяющее, допинг, never used)	таб.
Сульфокамфокаин (стимулятор дыхания/сердца)	амп по 2мл
Феррамин-вита (или любой другой препарат железа)	таб.
Верошпирон (средней силы мочегонное)	

Витамины до 4500м.

№ п/п	Наименование	Кол-во	Использование
1	Поливитамины «Декамевит» 1т\д	70+250тб.	Ежедневно
2	Фосфен (7 дн.) 1т\д	50+35	Ежедневно
3	Дибазол 0.5т\д	25+50	Ежедневно
4	Витамины PLUSSZ (шипучие)	70	Ежедневно
5	Аскорбиновая кислота в драже	1000 шт.	Ежедневно
6	Кальция пангамат (7 дн.) 1т\д	70+250 г	Ежедневно

Витамины выше 4500м.

№ п/п	Наименование	Кол-во	Использование
1	Кальция пантотенат	150тб.	Ежедневно
2	Аскорутин	150	Ежедневно
3	Глутаминовая кислота	150	Ежедневно
4	Метионин	150	Ежедневно
5	Метионин	150.	Ежедневно
6	Панангин	150	Ежедневно
7	Калия оротат	150	Ежедневно
8	Рибоксин	150	Ежедневно
9	Диакарб (фонурит)	20	*на первых ночевках
6	Кальция пангамат 1т\д	250 г	Ежедневно

Мази для применения при растяжение мышц (троксевазин, вольтарен)

**РЕМОНТНЫЙ НАБОР
(ГОРНЫЙ)**

N	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛ-ВО
1	ОТВЕРТКА, ПАССАТИЖИ, НОЖ	КОМ.
2	ШИЛО С ПРИСТАВКАМИ	1
3	НАДФИЛЬ	1
4	ИГОЛКИ, НИТКИ, ДРАТВА, НАПЕРСТОК	КОМ.
5	КАПРОН, КОЖА	КОМ.
6	ОЧКИ С/З ЗАПАСНЫЕ	1
7	ЛОЖКА ЗАП.	1
8	КЛЕЙ 'МОМЕНТ'	1
9	НОЖНИЦЫ	1
10	КИПЕРНАЯ ЛЕНТА 10М.	2
11	КАПРОНОВЫЙ ШНУР 20М.	2
12	ПРОПИТКА ДЛЯ БОТИНОК	2
13	РУКАВИЦЫ БРЕЗЕНТОВЫЕ	ПАРА
14	НАПИЛЬНИК	1
15	ПРОВОЛОКА	КОМ.
16	АНГЛИЙСКИЕ БУЛАВКИ	15
17	КРЮЧКИ, КНОПКИ ПЛАТЯНЫЕ	10
18	ШУРУПЫ РАЗНЫЕ	10
19	ГВОЗДИ РАЗНЫЕ	10
20	БРЕЗЕНТ, КОЖА, ПЕРКАЛЬ	КОМ.
21	ПУГОВИЦЫ	10
22	СКОТЧ	1
23	КРЮЧКИ ДЛЯ КОСТРА	3