



VIATGES MON PETIT
agencia especializada en viajes de montaña por el mundo
Registro GC-004105 - MONPETIT TRAVEL SL - B67491167
c. Doctor Pi i Suñer 123 BA - 08042 BARCELONA
www.catalonia-trekking.com - pakocrestas@gmail.com



LISTADO DE MATERIAL ACONSEJABLE PARA LA EXPEDICIÓN LENIN

- Bastones
- Polainas
- Crampones (aconsejable automáticos o semi automáticos)
- Piolet de rando
- Botas de alta montaña preparadas para caminar por nieve durante horas y que protejan adecuadamente del frío extremo que es posible encontrar en altura (-25C / -30C)
- Guantes o manoplas nieve (aconsejable llevar repuesto)
- Gafas nieve y/o de ventisca
- Gorro, pasamontañas fino, braga cuello... (Según persona)
- 1 Pantalón exterior para caminar que nos proteja adecuadamente de la nieve, el frío y el posible viento.
- Prendas térmicas de piernas y superior
- 3/4 pares de calcetines buenos para caminar
- 1 polar o similar de segunda capa
- 1 abrigo para la nieve, cortaviento... (Última capa)
- Chaqueta de plumas potente
- Pantalón/malla y camiseta/jersey para estar en el campo Base
- Saco para dormir potente (de invierno, adecuado a las temperaturas que nos podremos encontrar -25°C / -30 C)
- Opcionalmente comida auxiliar: Barritas, frutos secos... etc.
- Crema y cacao protector
- Cosas para higiene personal
- Mini botiquín
- Móvil/cargador
- Documentación en regla (PASAPORTE)
- Dinero para gastos extras personales

PODEMOS LLEVAR ROPA DE CALLE PARA VISITAR OSH / BISKEHK LS PODREMOS DEJAR EN EL HOTEL.

OS RECORDAMOS QUE PODEMOS ACONSEJAROS SIN NINGÚN COMPROMISO SI DESEAIS ADQUIRIR MATERIAL EN NUESTRA TIENDA ON-LINE (10% descuento + 10% deducible viajes Mon Petit): <https://www.pakocrestas.com/tienda-on-line/>