

---

## Intensywny zimowy kurs turystyki wysokogórskiej – PODSTAWOWY

### Lista wymaganego sprzętu:

\* w razie braku któregoś z tych elementów istnieje możliwość bezpłatnego wypożyczenia po uprzednim zgłoszeniu zapotrzebowania

- raki dopasowane do butów\*;
- uprząż wspinaczkowa\*;
- czekan turystyczny\* ew. wspinaczkowy;
- kask wspinaczkowy\*;
- przyrząd asekuracyjny\*;
- 2 karabinki wolne\*;
- 2 karabinki zakręcane\*;
- 2 taśmy różnej długości\*;
- 2 prusiki: dłuższy (min. ok. 1m) i krótszy\*;
- detektor lawinowy\*;
- sonda lawinowa\*;
- łopata lawinowa\*;
- plecak turystyczny z możliwością zamieszczenia sprzętu oraz przypięcia czekana;
- kijki trekkingowe;
- ciepła odzież i obuwie górskie (chroniące przed zmarznięciem podczas dłuższego stania w miejscu): m. in. kurtka lub sweter puchowy, nieprzemakalne ciepłe buty, ochraniacze (stuptuty), ciepłe rękawiczki (kilka par, w tym nieprzemakalne oraz takie, których nie trzeba zdejmować podczas operacji sprzętowych) i skarpety;
- termos
- czołówka;
- okulary słoneczne i krem UV lub gogle i maska/buff na twarz (zależnie od prognozy pogody);
- podstawowa apteczka;
- folia NRC;

---

Planujesz zakup sprzętu na wyprawę lub szkolenie z BluEmu? Pytaj o zniżki u naszych partnerów:



<https://www.explosklep.pl/>

<http://eksplo.com.pl/>

<http://sklep.paker.pl/>

<http://marabut.pl/>