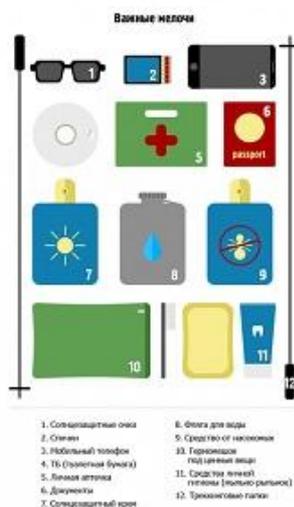
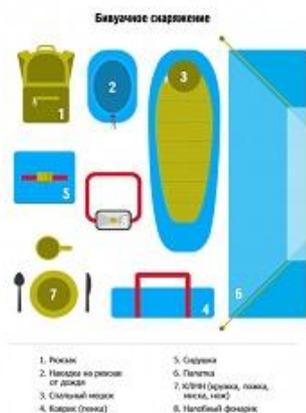
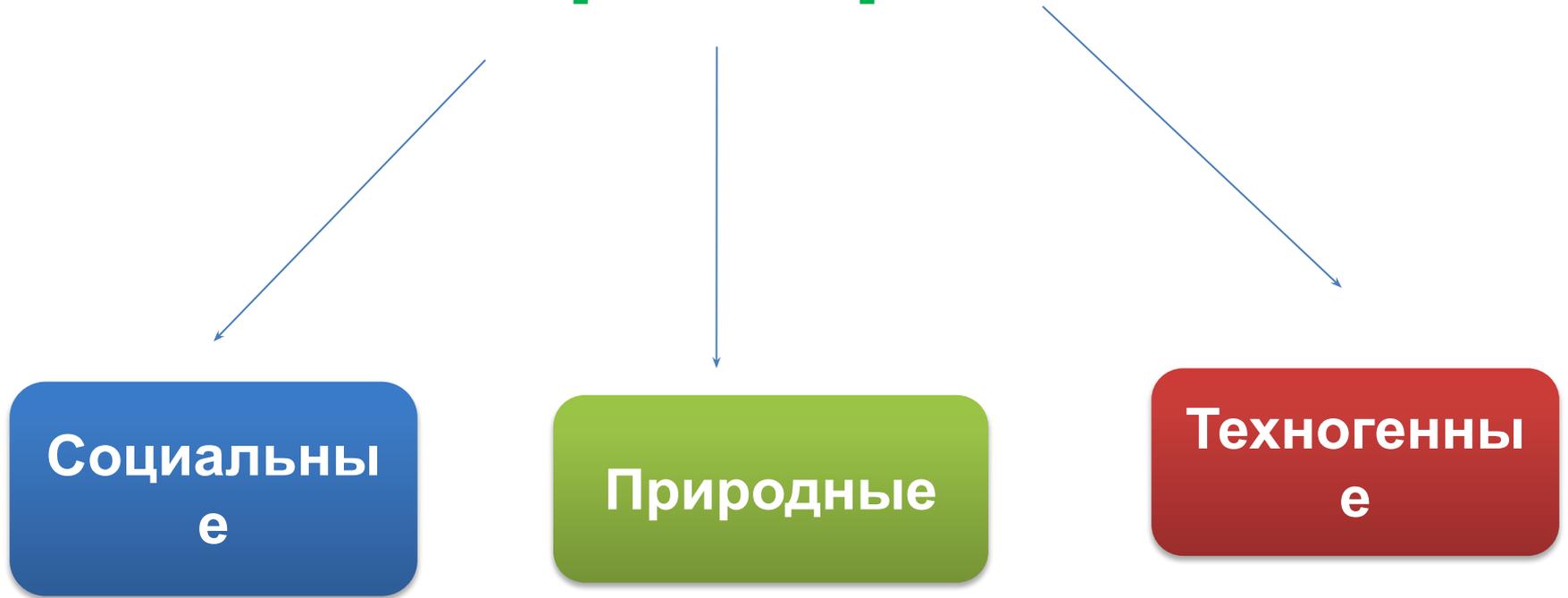


# Как подготовиться к путешествию, чтобы не попасть в экстремальную

## Что я возьму с собой в поход



# Потенциально опасные факторы



# Правила путешествия

1. Установить контакты с поисково - спасательной службой.



2. Разработать маршрут



# 3. Позаботится о личном снаряжении



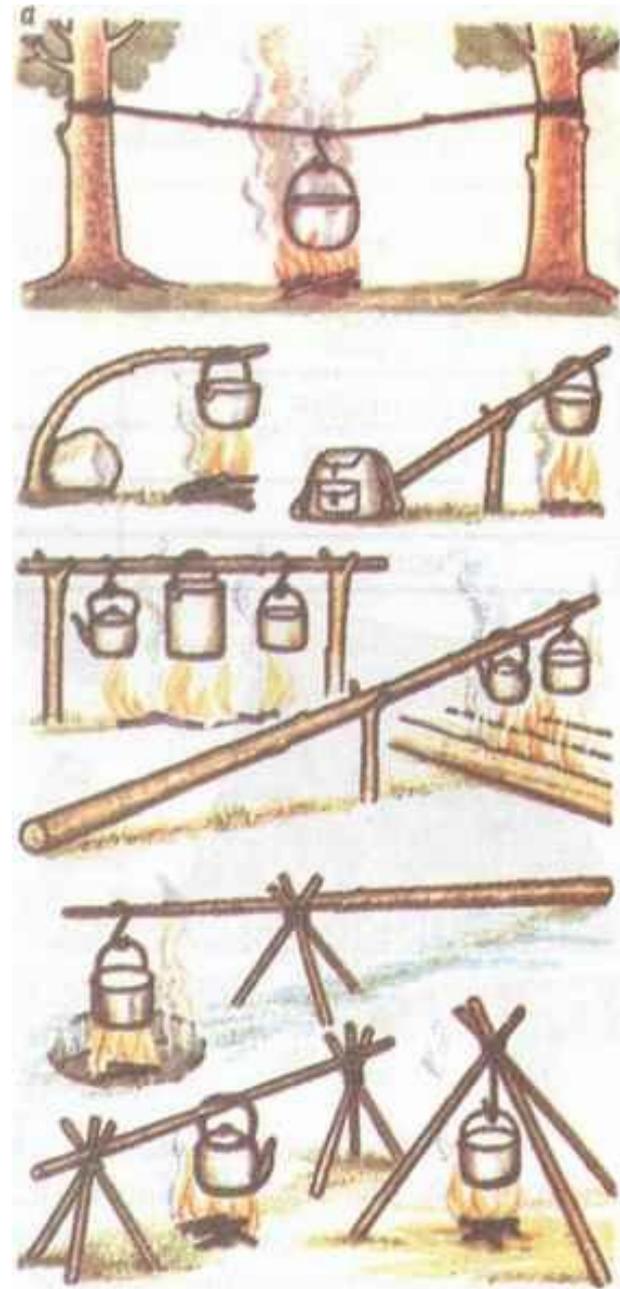
# ПРИМЕРНЫЙ НАБОР ЛИЧНОГО СНАРЯЖЕНИЯ ТУРИСТА.



Рюкзак, костюм, носки, палатка, головной убор, расческа, обувь, свитер, спальный мешок, тубик с мазью от комаров, посуда, москитная сетка.

Компас, карта, топор

4.  
Продумать  
групповое  
снаряжени  
е



# 5. Приготовить НАЗ (Носимый аварийный запас)

