Основной список рассчитан на треккинг по маршруту Чогория - Пойнт-Ленана 4985м - Сиримон. Для Батиана 5199м и Нелиона 5188м необходим отдельный альпинистский комплект, который утверждает технический гид после выбора маршрута и сезона.

Снаряжение необходимо заранее проверить в походах и на тренировках. Рекомендации по физической форме собраны в материале «Тренировки для гор», а особенности высотной акклиматизации - в статье о горной болезни.

Багаж

- Мягкий баул или рюкзак объемом 65-75л для вещей, передаваемых носильщику
- Рюкзак объемом 30-40л с дождевым чехлом для ежедневных переходов
- Гермомешки или плотные влагозащитные пакеты для одежды, спальника, документов и электроники
- Небольшая сумка для вещей, которые остаются в Найроби

Личное снаряжение

- Спальный мешок с температурой комфорта -5°C или ниже
- Треккинговые палки
- Налобный фонарь с запасным комплектом батареек
- Многоразовые емкости для воды общим объемом 2-3л
- Термос объемом 0,75-1л
- Сидушка
- Аварийное термоодеяло
- Свисток
- Небольшой личный ремонтный набор

Одежда и обувь

- Разношенные непромокаемые треккинговые ботинки с жесткой нескользкой подошвой
- Легкие кроссовки, сандалии или шлепанцы для лагеря и города
- Высокие гамаши
- Мембранная непромокаемая куртка
- Мембранные непромокаемые брюки
- Термобелье верх и низ
- Флисовая кофта или легкая утепленная куртка
- Теплая пуховая куртка с капюшоном
- Треккинговые брюки
- Легкие брюки или шорты для нижней части маршрута
- Теплые носки для предрассветного выхода
- Треккинговые носки
- Быстросохнущее нижнее белье
- Теплая шапка
- Панама или кепка от солнца
- Баф
- Тонкие перчатки
- Теплые непромокаемые перчатки или рукавицы

Разное

- Солнцезащитные очки категории 3 или 4

- Солнцезащитный крем SPF 50
- Гигиеническая помада с SPF
- Пауэрбанк и зарядные кабели
- Переходник для британской розетки типа G
- Личные энергетические перекусы
- Репеллент для нижней части маршрута и поездок по Кении
- Быстросохнущее полотенце
- Средства личной гигиены
- Влажные салфетки и антисептик для рук
- Туалетная бумага
- Плотные пакеты для личного мусора
- Беруши
- Личная аптечка без перечисления препаратов
- Индивидуальные лекарства, назначенные врачом
- Копии документов в водонепроницаемой упаковке

Состав личной аптечки и необходимость профилактики малярии следует заранее обсудить с врачом. Дополнительная информация собрана в статье «Малярия - как не заболеть».

Дополнительное снаряжение для Пойнт-Ленана

Обычный маршрут на Пойнт-Ленана не является техническим альпинистским восхождением. Однако при снеге и обледенении гид может дополнительно включить в окончательный список ледоруб и средства сцепления со льдом. Покупать или арендовать их до подтверждения состояния маршрута не требуется.

- Легкие кошки или микрошипы, если их включит в окончательный список гид
- Ледоруб, если его включит в окончательный список гид

Дополнительное альпинистское снаряжение для Батиана и Нелиона

Технический комплект определяется только после выбора вершины, конкретного маршрута и сезона. Список технического гида имеет приоритет, поскольку состояние подходов, ледников и скальных маршрутов меняется.

- Компактный альпинистский рюкзак объемом 25-30л
- Альпинистская каска
- Альпинистская система
- Спусковое и страховочное устройство
- Муфтованные карабины
- Петли и прусики по списку технического гида
- Скальные туфли или подходные ботинки с цепкой подошвой
- Альпинистские ботинки, совместимые с кошками
- Кошки и ледоруб, если они необходимы на выбранном подходе или маршруте
- Теплые перчатки, позволяющие работать со снаряжением
- Бивачный мешок
- Дополнительный утепляющий слой
- Запасные перчатки, носки и шапка
- Налобный фонарь с запасными батарейками

Веревки, закладки, френды, оттяжки, станционное и бивачное снаряжение согласовываются с техническим гидом отдельно. Эти позиции не входят в базовую программу треккинга на Пойнт-

Ленана.