**Памятка туристам**

**Что взять с собой**

**Одежда:**

* Куртка, ветровка
* Накидка от дождя
* Спортивный костюм
* Купальный костюм
* Футболка
* Шорты
* Бейсболка (косынка)

**Обувь:**

* Кроссовки (кеды)
* Сланцы или пляжные тапочки (ходить в лагере)

**Инвентарь:**

* Тарелка, кружка, ложка, нож
* Рюкзак (или большая сумка)
* Фонарик
* Крем от комаров, клещей
* Крем от загара
* Туалетный набор (полотенце, мыло, зубная паста, щетка, туалетная бумага)
* Аптечка с «индивидуальными» таблетками

**Рекомендации:**

* На начало маршрута рекомендуем взять с собой питьевую воду и перекус, т.к. питание в 1 день только ужин, 2ой день завтрак, обед.

**Правила безопасности на воде**

Помните, что выходя на воду на сплавном судне, вы всегда (даже в самую тихую и спокойную погоду на ровной воде) вступаете в единоборство со стихией. Причем добровольно на свой страх и риск.

* Не нырять в незнакомых местах - предварительно убедитесь в безопасности
* Не заплывать далеко – рассчитывать свои силы
* Не купаться и не выходить на воду в нетрезвом виде
* Не передвигаться по маршруту в нетрезвом виде
* Четко выполнять команды инструктора или старшего в группе

**Ваша жизнь и здоровье во многом зависят от ваших действий!**

**Правила безопасности в лагере**

* Ставить на костер и снимать котлы в рукавицах
* Котлы не передавать над сидящими, ставить только на специально приготовленные места
* Костровой трос снимать сразу после приготовления пищи
* Употреблять в пищу только знакомые грибы и ягоды
* О появлении в лагере посторонних немедленно сообщать инструктору
* Ежедневно осматривать друг друга на предмет обнаружения клещей

**Опоздание и досрочный выезд не компенсируются!!!**