

ПАМЯТКА ПО ПОДГОТОВКЕ ЭКИПИРОВКИ ДЛЯ РЕГАТЫ НА БАЙКАЛЕ 2021

Важные телефоны:

Мясников Алексей (координатор регаты): +7 968 963 0699

Смирнова Вероника (менеджер экспедиции): +7 996 377 5357

Перед выездом обязательно проверьте наличие у вас:

- Паспорта РФ;
- распечатанных электронных авиабилетов (или сохраненных на любых электронных носителях, чтобы были «под рукой»);
- медицинской страховки, подходящей для занятий спортом (яхтинг);
- денег на личные расходы, в т.ч. на покупку продуктов в яхту, ужины и т.п.

А теперь рекомендации того, что вам нужно взять с собой:

- 1) Повышенная медицинская **страховка** (для яхтинга);
- 2) Аптечка с персональными лекарствами (аптечка с мелочами вроде йода и бинтов есть на каждой яхте);
- 3) Солнцезащитные очки, с поляризацией, **на веревочке** (очки очень любят в неподходящий момент слетать);
- 4) Мягкая сумка. Категорически не рекомендуется чемодан;
- 5) **Солнцезащитные средства**, много и минимум 50 ед, мазать лицо и руки придется плотным слоем;
- 6) Шорты, свободная легкая летняя одежда;
- 7) Купальные вещи, ласты, маски, трубки, очки – по желанию. Даже удочки можно по желанию);
- 8) Сланцы и **топсайдеры** (самая правильная яхтенная обувь) – лучше успеть купить дома;
- 9) Рекомендуется обувь для купания — подходит обувь для водных видов спорта);
- 10) Тонкая флиски/жилетка (при хорошем ветре на яхте прохладно даже в жару);
- 11) Футболка (лучше **лайкра**) с длинным рукавом (с УФ защитой тоже будет кстати)
- 12) Тонкое компактное флисовое полотенце для купания;
- 13) **Обязателен головной убор** (бейсболки будут от нас в комплекте экипировки, но некоторые предпочитают закрытые уши и шею), шнурок с прищепкой, чтобы фиксировать головной убор;
- 14) Обязательно – яхтенные перчатки, можно с обрезанными пальцами. **Обязательно!**
- 15) Байкал в наши даты может прогреваться до 18-20 градусов в бухтах и заливах, но тем не менее - от воды всегда будет свежо. Особенно в вечернее/ночное время. Это необходимо учитывать, чтобы припасти с собой на вечер толстовку или флисовую кофту.

16) При желании можно брать с собой спальник/ палатку / пенку – на берегу во время диких стоянок будет разбиваться лагерь, в котором можно будет провести ночь. А в спальнике можно спать на палубе под звездным небом.

17) На борту будут розетки 12V – для того чтобы ими воспользоваться вам потребуется автомобильный переходник.

18) для диких стоянок вам очень пригодится самый простой налобный фонарик.

19) в супермаркете на месте обязательно приобретите спрей от насекомых.

20) комплект термобелья – это очень удобный способ.

Немного полезной информации:

Расстояние от аэропорта г. Иркутска до станции МРС (где нас будут ждать яхты) - около 4 часов + заезд в супермаркет. Не полагайтесь на «самостоятельный» трансфер. Единственное правильное решение отправляться из аэропорта вместе со всеми.

Утром 3/13/23 июля в интервале с 8 до 10 утра в зоне прилета аэропорта г. Иркутск вас встречает координатор Алексей. По мере заполняемости будут отправлены 2 больших и вместительных комфортабельных автобуса.

Больше информации по размещению и устройству лодок – можно узнать из постов координатора в ФБ.

По всем остальным вопросам – менеджер и координатор на связи в режиме 24/7.