



## רשימת ציוד KAVKAZ WalkAway

**מסמכים:** דרכון בתוקף של מעל 6 חודשים  
כרטיס טיסה.  
צילום דרכון.  
פוליסת ביטוח אישי.

**כספים:** דולר או לארי במזומן.  
כרטיס אשראי בינלאומי.

אנחנו מזכירים שבמסע הזה אנחנו סוחבים את הציוד על הגב מפני שהחלטנו שלא להשתמש בחיות, לכן בנינו רשימת ציוד קלה ונוחה ועם זאת מפנקת שתתאים לגברים ונשים ולא תהיה מאתגרת מדי. לא נסחוב על הגב יותר מ-8-9 קילו ואולי אף פחות. בשביל שלא תסחבו יותר ממה שצריך מומלץ בחום לקרוא טוב את הרשימת ציוד ותזכרו - **Less is more**. מוציאה סביבות 60 ליטר: זהו התיק שאותו ניקח על הגב, הוא צריך להיות נוח ומותאם אליכם אישית.

**כלי רחצה קומפקטיים:** מברשת שיניים, משחת שיניים באריזה קטנה, סבון אקולוגי, קרם הגנה אריזה קטנה, אלתוש מי שצריך, היגיינה נשית.  
סבונים אקולוגיים וקרם הגנה אקולוגי (מי שצריך)

### לינה:

**שק שינה** - אתם צריכים להביא רק שק"ש, לכל השאר ציוד הלינה אנחנו דואגים. תביאו שק שינה קל, מחמם ושמטכווץ טוב.

**אוהל** - אנחנו מספקים אוהלים מעולים, קלים ומוגנים מגשם. כל זוג יישן באוהל אחד, ויתחלק בסחיבה של האוהל, כלומר אחד ייקח את היריעות ואחד ייקח את המוטות.  
**מזן שטח** - אנחנו דואגים למזרונים.

נישן בגסטטהאוסים בלילה שלפני הטרק, 2 לילות באמצע, ולילה אחד בסופו, בלילות האלה כמובן נישן על מיטות מפנקות ומצעים ושמיות טובות של הגסטטהאוס.

**מים:** יש לדאוג לשלוקר או 2 בקבוקים. לאורך כל הטרק יהיו נביעות ונחלים עם מים נקיים וטובים לשתייה מהם נמלא את הבקבוקים.

**טיהור המים:** המים שנמלא בטבע הם נקיים ומצויינים, נמלא מים רק איפה שנגיד לכם. מי שרוצה להיות על הסייף סייד יכול להביא lifestraw או כדורי יודלכלור לטיהור המים.

**כלי אוכל** - סכו"ם אישי קל, וקופסת אוכל רב פעמית עם נעילה/סגירה טובה בסגנון Lock&lock.  
**כוסות** - כוס שתייה אישית רב פעמית, יהיו הפסקות של תה וקפה מרובות (:

### בישול ואוכל טעים:

במהלך הימים שנשהה בגסטטהאוסים נאכל אוכל גאורגי משובח, במהלך ימי הטרק אנחנו נבשל בעצמינו אוכל שגם הוא יהיה משובח לא פחות 😊  
אנחנו דואגים לכל האוכל והכלי בישול, אתם רק צריכים לבוא רעבים.

**ערכת עזרה ראשונה אישית** הכוללת בין היתר: שפתון ליובש לשפתיים, כדורים לאלרגיה למי שצריך, מספריים, פלסטרים, חומר מחטא, פדים אלכוהולים, תחבושות סטריליות ועוד..



**תרופות אישיות:** תרופות מרשם, נוזלי עדשות מגע מי שצריך, משככי כאבים וכו'. לשים לב ולבדוק מראש לגבי תרופות שעלולות לעורר את חשד ביקורת הגבולות.

**ביגוד מתאים למסע בטבע** - תביאו 3 סטים של בגדים קלים ונוחים להליכה, כדאי מאוד שהמכנסיים יהיו קלילות וגמישות. אין חוקים יותר מדי, אם אתם אוהבים ורגילים ללכת עם ג'ינס קצר - וולקאם, אוהבים ללכת עם טייץ - וולקאם, העיקר שיהיה קליל גמיש וחופשי. שיהיה לפחות סט אחד של מכנס ארוך וחולצה עם שרוולים ארוכים. ותזכרו - לפעמים הרבה יותר קל ונעים ללכת עם בגדים שנוחים לכם ושאתם אוהבים, מאשר להיראות כמו בובת ראוה של קולמביה. עם כל הכבוד לקולומביה 😊  
ביגוד קצר, ביגוד ארוך ללילות, סט בגדים אחד נוח לשינה. גרביים נוחות ולא דקות, תחתונים מבד נושם, מגבת מטיילים קלה, בגד ים למקרה שתרצו לטבול בשפע של הנחלים והאגמים.  
יהיו לנו ימי מנוחה במסע שבמהלכם יהיה זמן לעשות כביסות.

### **חבל קצר דק או חוט גומי לתליית הכביסה.**

**ביגוד חם:** חלק מהלילות במסע יהיו מעט קרים, במיוחד בגבהים. עם ביגוד מתאים אפשר להעביר את הלילות בנעימים. חולצה טרמית, מכנס טרמי, פליז, סופטשל או מעיל קל, צעיף, כובע צמר, כפפות.

**גשם:** התחזית בתאריכים הנ"ל לטובתנו אך בהרים תמיד יש סיכוי לקצת גשם אז עדיף להיות מוכנים, שכמייה שתכסה אתכם ואת התיק, כיסוי גשם לתיק. מי שלא אוהב שכמייה יכול להביא מכנס נגד גשם לחלפ"ס למרות שאנחנו חושבים ששכמייה היא הפתרון הכי טוב, גליל קטן של שקיות ניילון לעטוף דברים חשובים בתוך התיק.

**נעליים:** נעלי הרים טובות, חסינות למים. נעל שמחזיקה את הרגל בצורה טובה, מונעת נקיעת קרסול בקטעים מסולעים, וסוליה טובה מונעת החלקות כשהעשבייה רטובה מטל.

**סנדלים:** אופציונלי. רק אם הן קלות.

**כובע לשמש,** שאל (Shawl) או כל כיסוי ראש אחר.

**פנס ראש** + סוללות חדשות. טיפ - כשהפנס לא בשימוש מומלץ להפוך את אחת הסוללות בשביל שהפנס לא ידלק בטעות בתיק והסוללות ייגמרו.

**מטען נייד (power bank)** חשוב מאוד, זה אמנם לא קל, אבל כדאי שתהיה סוללה בטלפון לעת צרה, לא עלינו

**צילום (אופציונלי):** מצלמה+מטען+כרטיס זכרון+שקית אטומה למים.

**תקשורת:** פלאפון עם תוכנית חו"ל לפי רצונכם או לדאוג מראש לסיים מקומי, מטען. במהלך הטרק לא תהיה קליטה בכלל, לכל סוג של סים.

**לצוות המסע יהיה מכשיר לווייני עם קליטה בכל מקום, וגם סים מקומי על מכשירי הטלפון שלהם.**

### **ציוד נוסף חשוב:**

משקפי שמש חובה (בשביל השלג במעברי הרים), משקפי ראייה למי שצריך.



שקיות אטומות למים.  
שקיות ניילון לבגדים רטובים/מלוכלכים.  
מקלות הליכה מתקפלים.  
אולר (אופציונלי).

**לאווירה:** ספר טוב (טיפ - ספרים באנגלית קלים יותר כי הם מנייר ממוחזר), ג'אגלינג, כלי נגינה (חובה!), כן ציור, קלפים, וכל דבר שינעים את זמנכם ואת זמן הקבוצה.

מזג האוויר בהרים לא צפוי ויכול לנוע מיפה וחמים לקר וגשום, לכן כדאי שהביגוד גשם יהיה ב"שלוף"

ספק ציוד טיולים מקצועי וטוב - דוד אפיק 0503888567  
אנו זמינים לכל שאלה והמלצות על ציוד - טל - 0545446687, נטע 0548357871

מתרגשים, ונתראה בקרוב (: