

Wyposażenie uczestnika tury narciarskiej:

1. zestaw lawinowy: detektor, sonda, łopata,
2. narty z wiązaniami turowymi oraz dopasowane foki ,
3. kijki - niekoniecznie teleskopowe, ale z dużymi talerzykami,
4. buty skiturowe,
5. kask narciarski,
6. czekan o profilu klasycznym,
7. raki dostosowane do butów skiturowych,
8. rękawice - dwie pary,
9. cienka czapka (najlepiej - kominiarka),
10. plecak z pasem biodrowym,
11. gogle z filtrem UV (najlepiej z żółtą lub pomarańczową szybą),
12. okulary przeciwsłoneczne (porządny filtr UV),
13. nieprzemakalna przeciwwiatrowa kurtka z kapturem,
14. nieprzemakalne przeciwwiatrowe spodnie,
15. bluza polarowa,
16. zapasowe skarpety,
17. latarka czołowa z zapasową baterią,
18. krem natłuszczający z filtrem UV,
19. termos metalowy (0,5-0,75 l) z ciepłym napojem,
20. szalokominiarka (buff) lub polarowa chusta,
21. kaloryczne pożywienie (np. czekolada lub batony).