

# Что взять в путешествие

Универсальный чек-лист вещей. Отмечайте только то, что действительно нужно для вашего маршрута, сезона и формата поездки.



**Как пользоваться:** сначала соберите базовый набор, затем на второй странице добавьте вещи под погоду, активности, жилье и личные потребности.



## Документы и деньги

- ☐ Паспорт и необходимые документы
- ☐ Билеты и подтверждения бронирований
- ☐ Страховой полис
- ☐ Основная банковская карта
- ☐ Резервная карта
- ☐ Небольшой запас наличных
- ☐ Копии важных документов



## Гигиена и здоровье

- ☐ Зубная щетка и паста
- ☐ Средства личной гигиены
- ☐ Мини-форматы косметики
- ☐ Солнцезащитное средство
- ☐ Средство от насекомых по направлению
- ☐ Регулярные лекарства
- ☐ Аптечка путешественника



## Одежда

- ☐ Нижнее белье и носки
- ☐ Футболки / рубашки / верх
- ☐ Брюки / шорты / юбка
- ☐ Теплый слой
- ☐ Одежда для сна
- ☐ Верхняя одежда по погоде
- ☐ Купальник / плавки при необходимости



## Техника и аксессуары

- ☐ Смартфон
- ☐ Зарядное устройство
- ☐ Power bank
- ☐ Кабели
- ☐ Наушники
- ☐ Переходник для розеток при необходимости
- ☐ Камера / ноутбук при необходимости



## Обувь

- ☐ Основная удобная пара
- ☐ Сменная обувь
- ☐ Сандалии / сланцы при необходимости



## В ручную кладь

- ☐ Документы
- ☐ Деньги и карты
- ☐ Телефон
- ☐ Лекарства, которые нужны в дороге
- ☐ Power bank и запасные аккумуляторы
- ☐ Ценные и сложно заменимые вещи



Не собирайте чемодан по универсальному списку вслепую. Правила перевозки, климат, длительность поездки и доступность покупок на месте могут сильно менять набор вещей.

# Добавьте вещи именно для вашей поездки

Проверьте четыре фактора: погоду, маршрут, условия проживания и то, без чего лично вам будет сложно.



## Погода и сезон

- ☐ Дождевик / зонт
- ☐ Головной убор
- ☐ Солнцезащитные очки
- ☐ Теплый дополнительный слой
- ☐ Термобелье / перчатки при необходимости
- ☐ Водостойкая обувь



## Жилье и условия

- ☐ Полотенце, если не предоставляется
- ☐ Тапочки
- ☐ Маска для сна
- ☐ Беруши
- ☐ Замок для багажа / шкафчика
- ☐ Мини-набор для стирки при долгой поездке



## Маршрут и активности

- ☐ Одежда для треккинга
- ☐ Удобная обувь для долгих прогулок
- ☐ Спортивная форма
- ☐ пляжные принадлежности
- ☐ Небольшой рюкзак на день
- ☐ Бутылка для воды
- ☐ Специальное снаряжение



## Важно не забыть

- ☐ Ключи
- ☐ Очки / контактные линзы
- ☐ Рецепты и медицинские документы при необходимости
- ☐ Детские вещи, если путешествуете с ребенком
- ☐ Корм / принадлежности, если путешествуете с питомцем
- ☐ Личные средства, которые сложно купить на месте



## Мой личный список

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐



## Полный список и пояснения онлайн

Откройте статью Travel Energy, чтобы проверить ручную кладь, документы, аптечку и адаптировать список под конкретную поездку.



Travel Energy

