**СПИСОК ВЕЩЕЙ**

**ПАСПОРТ, МЕД.ПОЛИС ОРИГИНАЛ, справка 079-уэпидокружение**

**1.Для тренировок:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Футболки 5-7, шорты для тренировки в спортзале – 2шт.  Термобелье или лосины (для поддевания под спортивные брюки во время тренировок)  Толстовка, тренировочные брюки или спортивный костюм  Носки - 3-4 пары  Купальный костюм, шапочка для плавания, очки (если нужно), шлепки для душа, полотенце  Кроссовки для зала  **2. Материалы по теории**: учебники, тетради, блокноты, ручки – 3шт., карандаши – 3шт. и т.п.  **3. Для дома и прогулки:**   |  |  | | --- | --- | | Куртка, перчатки, **шапка – обязательно!**  Ботинки или сапоги или теплые кроссовки (в чем ходить по улице)  Тапочки (для ходьбы по корпусу)  Нижнее белье  Джинсы - брюки, джемпер-кофта-рубашка  Носки (высокие!) 2-3 пары  Спортивный костюм  Футболки  Ночной комплект (пижама, футболка …)  **Дополнительно:**  **Рюкзак** – для тренировок  Туалетные принадлежности, банное полотенце  Резинки, заколки для волос …  Личная аптечка: пластырь, лекарство от «живота», от простуды, капли в нос, мазь спортивная, против аллергии, если есть необходимость, эластичный бинт и т.п.  Чашка, ложка, чай, сахар, печенье…..  500-1000 рублей (по желанию)  **Запрещено брать и покупать:**  -жвачку  -газированную воду  -чипсы |  | |