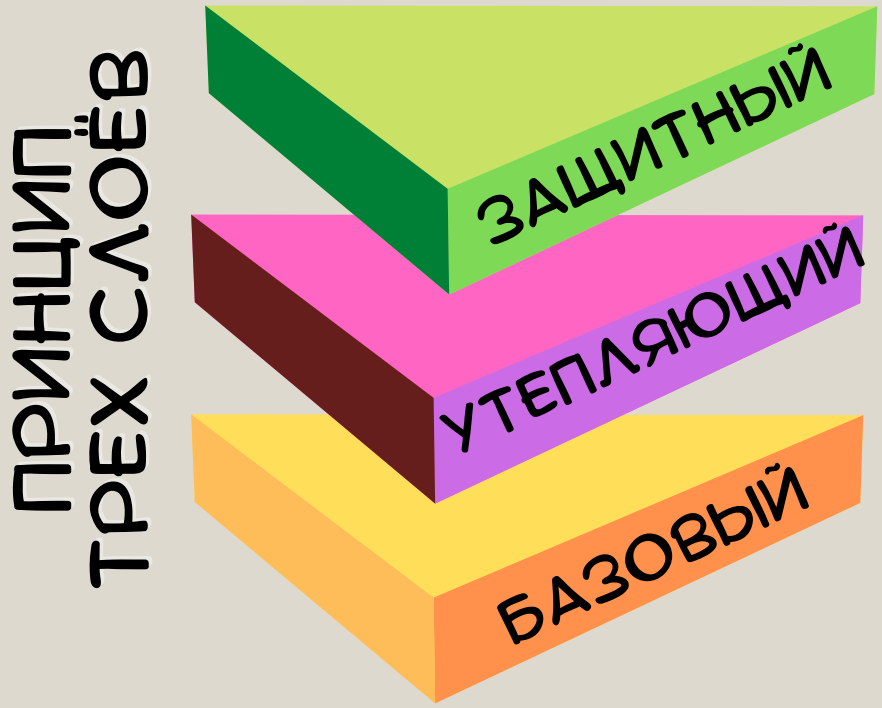
Как защитить лицо и руки в зимнем походе

Руки



ПРИНЦИП ТРЁХ СЛОЁВ, КОТОРЫЙ ПРИМЕНЯЮТ ПРИ ПОДБОРЕ ОДЕЖДЫ, ЭФФЕКТИВЕН И ДЛЯ РУК.

ВЕРХОНКИ

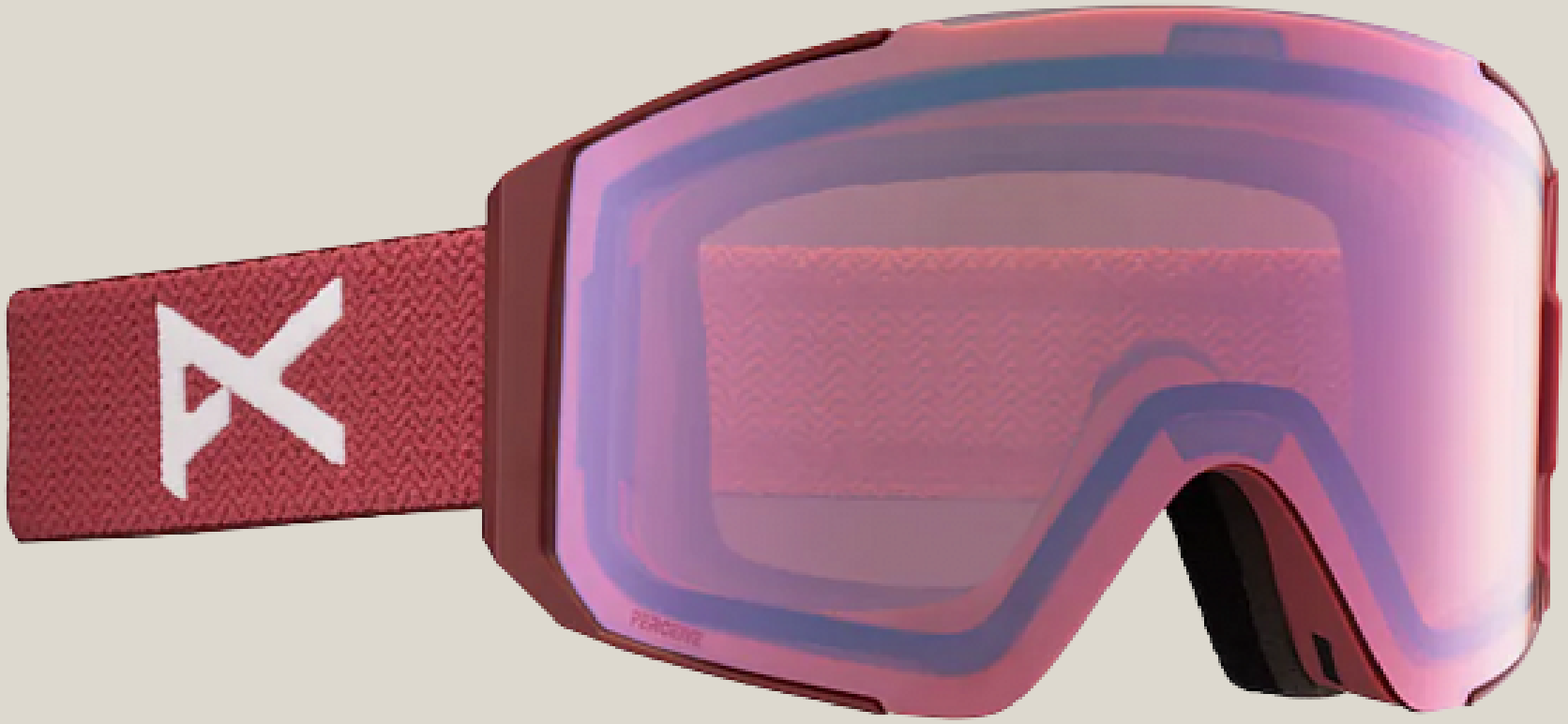
УТЕПЛЁННЫЕ ПЕРЧАТКИ

ФЛИСОВЫЕ ПЕРЧАТКИ ИЛИ ИХ АНАЛОГИ

Глаза

ЕДИНСТВЕННЫЙ ВЕРНЫЙ СПОСОБ – ВЗЯТЬ В ПОХОД ГОРНОЛЫЖНУЮ МАСКУ.

СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЕ ОЧКИ СПРАВЯТСЯ С УЛЬТРАФИОЛЕТОМ, НО НЕ СМОГУТ ДОСТАТОЧНО ХОРОШО ЗАЩИТИТЬ ОТ ВЕТРА. А МАСКА ВЫПОЛНЯЕТ СРАЗУ ОБЕ ФУНКЦИИ.



Лицо

САМЫЙ ПРОСТОЙ СПОСОБ УХОДА ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА НА МАРШРУТЕ – НАНОСИТЬ СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПИТАТЕЛЬНЫЙ КРЕМ НА ОСНОВЕ МАСЕЛ, ЧЕМ ЖИРНЕЕ, ТЕМ ЛУЧШЕ.

ОТ УЛЬТРАФИОЛЕТОВОГО ИЗЛУЧЕНИЯ ИСПОЛЬЗУЮТ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЕ КРЕМЫ, ПРИ ВЫБОРЕ СРЕДСТВА ОРИЕНТИРУЙТЕСЬ НА SPF 30 И ВЫШЕ.

ОТЛИЧНЫЙ ВАРИАНТ УТЕПЛЕНИЯ В ХОЛОДНУЮ ВЕТРЕНУЮ ПОГОДУ – БАЛАКЛАВА, КОТОРАЯ ПОЧТИ ПОЛНОСТЬЮ ЗАКРЫВАЕТ ЛИЦО, В ЛЮТЫЙ МОРОЗ, ИЛИ МАСКА ИЗ СОФТШЕЛЛА, ЗАКРЫВАЮЩАЯ НИЖНЮЮ ЧАСТЬ ЛИЦА.

БОЛЕЕ УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ВАРИАНТ – BUFF. ОН ЛЁГКИЙ И МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ. И БАЛАКЛАВУ, И BUFF УДОБНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ С МАСКОЙ, ЗАКРЫВ ПРАКТИЧЕСКИ ВСЁ ЛИЦО.