



Школа Водного туризма 2017

Что одеть и взять с собой?

Личное и групповое снаряжение.

Туристское снаряжение — предметы и материалы для передвижения и организации быта в походных условиях.

Личное



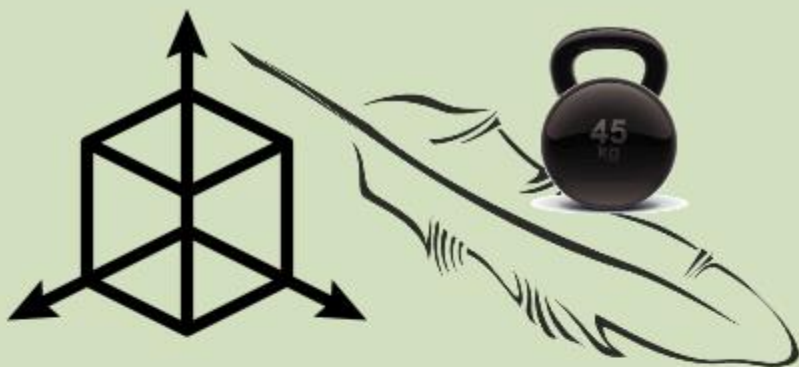
Групповое



Специальное



От того, как экипирован турист, во многом зависит его комфорт, удобство, настроение, здоровье и, в конечном итоге, успех путешествия.



Минимальный вес и объем



Надежность



Справедливая цена

Личное снаряжение - требования

Наличие товара



Необходимый набор функций



Личное снаряжение - рюкзак



Емкость рюкзака по определению в 2 раза меньше вещей, которые в него нужно положить

Рюкзаки

Городской

Тактический



С внутренним каркасом

Элементы
жесткости вшиты
в "мешок"
рюкзака

Мягкие или "пеночные"

«Станковые» или с внешним каркасом



Мощная
внешняя
рама



Конструкция рюкзака (зачем нужны все эти петли)

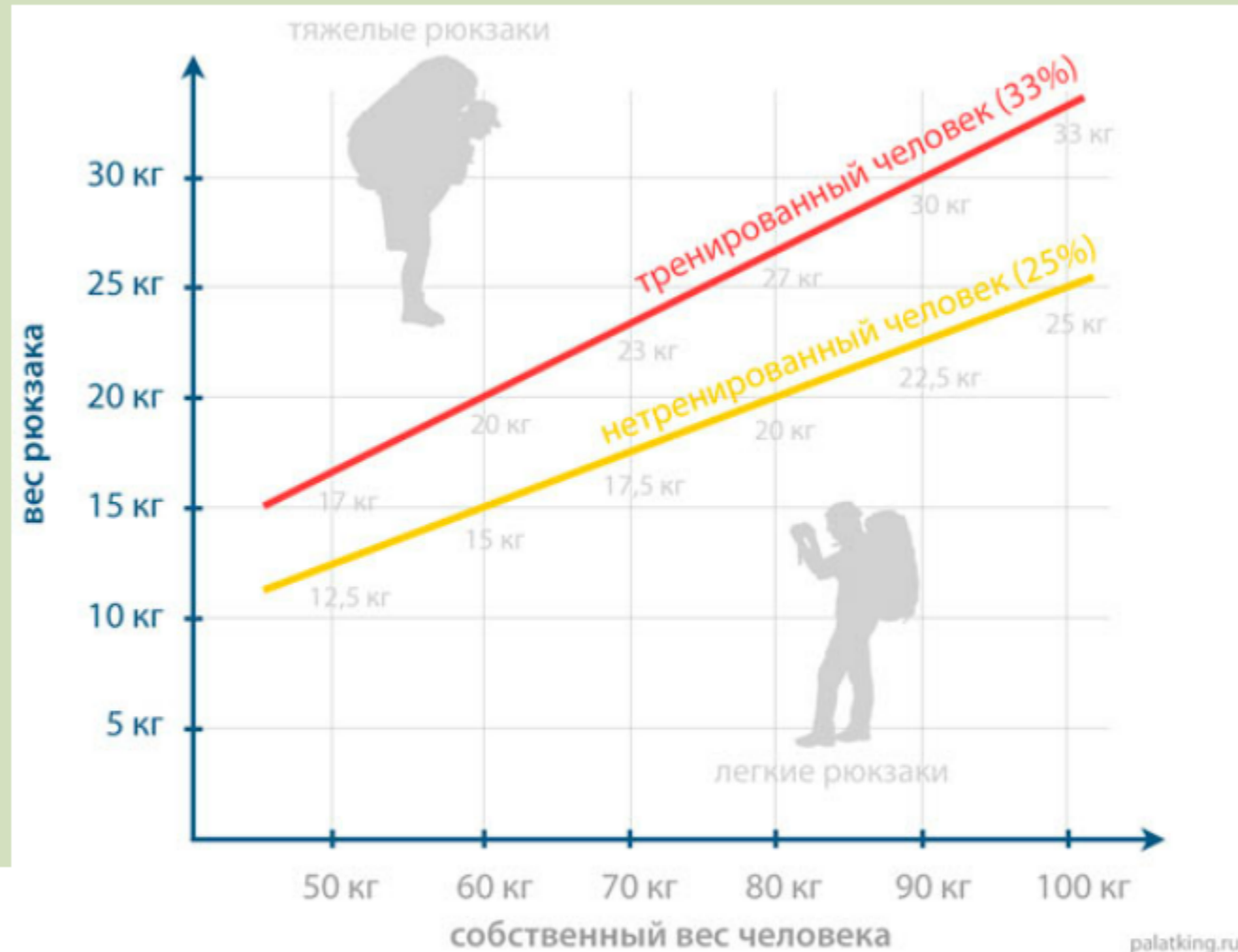


Вес рюкзака и какой вес в него положить

Для человека, находящегося в хорошей спортивной форме, вес рюкзака должен составлять не более трети (33%) от собственной массы тела. А для менее тренированных людей (особенно для тех, кто идет в поход первый раз) желательно чтобы он был не тяжелее 25% собственного веса.

Рюкзак должен:

- соответствовать походу
- мало весить
- быть удобным
- иметь доступные отделения
- обладать хорошей подвеской
- быть защищен от дождя



средний вес
рюкзака
объемом
20-40 л

средний вес
рюкзака
объемом
50-60 л

средний вес
рюкзака
объемом
70-100 л



Общий принцип гласит, что переноска тяжелого груза требует и тяжелого мощного рюкзака.

Подгонка рюкзака

Правильная длина спинки определяется следующим образом. Наденьте рюкзак и застегните поясной ремень так, чтобы верхняя часть его подушек приходилась на гребни тазовых костей.



Правильное место крепления «противооткидов»



Так плечевые лямки будут деформироваться



Правильное (умеренное) натяжение «противооткидов»

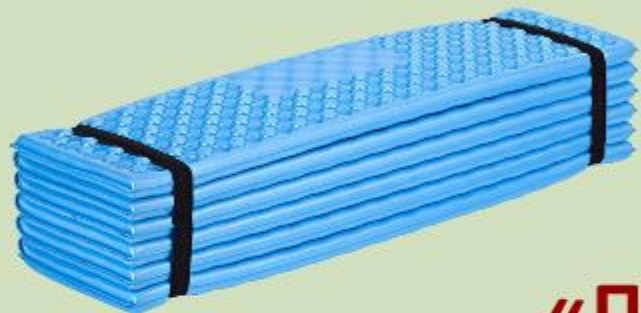


Чрезмерное натяжение «противооткидов»



Личное снаряжение - коврик

Другие названия
Каремат Трапик
Пенка



«Пенка»



По своей сути, это просто лист вспененного теплоизолирующего материала (чаще всего полиэтилена или EVA - этиленвинилацетата). Толщина такого коврика может быть от 3 до 16 мм.

Цена: порядка 250-500 р.

Самонадувающийся



Типичный самонадувающийся коврик, предназначенный для пешеходного туризма, весит около 600 - 900г, имеет толщину 2,5 – 3,8 см и стоит порядка 3 000 – 7 000 р.

Популярные маты ProLite от Therm-a-Rest весят всего 460 г.

Личное снаряжение - спальник

Одеяло или кокон?

В современном туристическом мире у этих двух видов конструкции наметилась достаточно четкая специализация.

«Одеяло»

- в автотуризме (кемпинге)
- там, где практически не играет роли вес
- просторный размер,



«Кокон»

- в туризме без машины, где все снаряжение переносится в рюкзаке за плечами,
- на 20-30% легче, чем «одеяла» при том же уровне тепла
- за счет меньшего внутреннего объема позволяют быстрее согревать внутреннее пространство и, соответственно, быстрее согреваться самому.

Личное снаряжение - спальник

Температура комфорта (стандарт EN 13537)

При тестировании используется модель среднестатистического человека: 25 лет, средней комплекции (173 см, 70 кг), в длинном термобелье и носках, здоровый, сытый, не измотанный за прошедший день.



T comf. (температура комфорта) – температура до которой среднестатистическая женщина не ощущает холода в этом спальнике.

T lim. (нижний предел комфорта) – температура до которой среднестатистический мужчина не ощущает холода. Мужчины в среднем более морозоустойчивы, чем женщины

T extreme (температура экстрима) – температура, до которой среднестатистическая женщина может «пересидеть» шестичасовую ночь в таком спальнике. Это уже зона выживания. О нормальном сне здесь речи просто не идет.

Выбирайте спальник с температурой комфорта, которая на 5 градусов меньше, чем температура на улице, при которой вы планируете спать.

Личное снаряжение - спальник

Синтетика



Дешевая

Высоко-
технологичная



Сред. уровня
FP650



Пух



Выс. уровня
FP900+



Вес спальника
рассчитанного на
температуру 0°C
(T comf.)

Объем занимаемый
в рюкзаке (сжатым
в компрес. мешке)

palatking.ru

Несколько оправдывает высокую стоимость пуховых спальников их долговечность. Хороший пуховый мешок, если с ним аккуратно обращаться, успешно служит по 10-15 лет. Синтетика в процессе эксплуатации постепенно сминается, теряя в объеме и теряя теплоизолирующие свойства.

Главная причина, почему весь мир до сих пор не перешел на пуховые спальники – это их высокая стоимость. Высококачественный гусиный пух очень дорог и расходуется буквально по граммам.



Личное снаряжение - прочее

Сидушка (пенопопа)



200 р.

Налобный фонарик



от 2500 р.



300 р.

Герма для одежды



от 500 р.

Герма для документов



300 р.

Личная аптечка



Средства гигиены



Шмотник
(компрессионный мешок)



Пьезо зажигалка



Спички



Gps - навигатор
(на группу)



Компас



Личное снаряжение - КЛМН

Кружка



Ложка



Миска



Нож



Мешочек
(для посуды)



Опционально

Мультитул



Губка



Фарфор и пластмассу не берем!

Одежда в походе

Верхний слой (защитный)

Основная задача этого слоя — защита от осадков и ветра и при этом он должен выводить наружу всю выделенную влагу. Два альтернативных направления такой одежды на современном рынке — хардшелл (мембрана) и софтшелл.

Базовый слой (термобелье)

Основное предназначение термобелья — отведение влаги от тела. Второстепенная функция — сохранение тепла.

Средний слой (утепляющий)

Основное предназначение среднего слоя — сохранение тепла и отведение влаги в следующий слой. Это теплоизолятор, который максимально удерживает тепло, но легко пропускает через себя всю влагу, выделенную базовым слоем. Привычное название — «флиска» или «поларка»



Термобелье, как первый слой одежды

- Теплосберегающее (греющее)

Как правило сделано полностью или с большим процентом (80/20) натуральных материалов (шерсть, кашемир, хлопок, шелк или их комбинации). Такое белье создает воздушную прослойку, которая нагревается телом до комфортной температуры и служит барьером между холодной внешней средой и кожей.

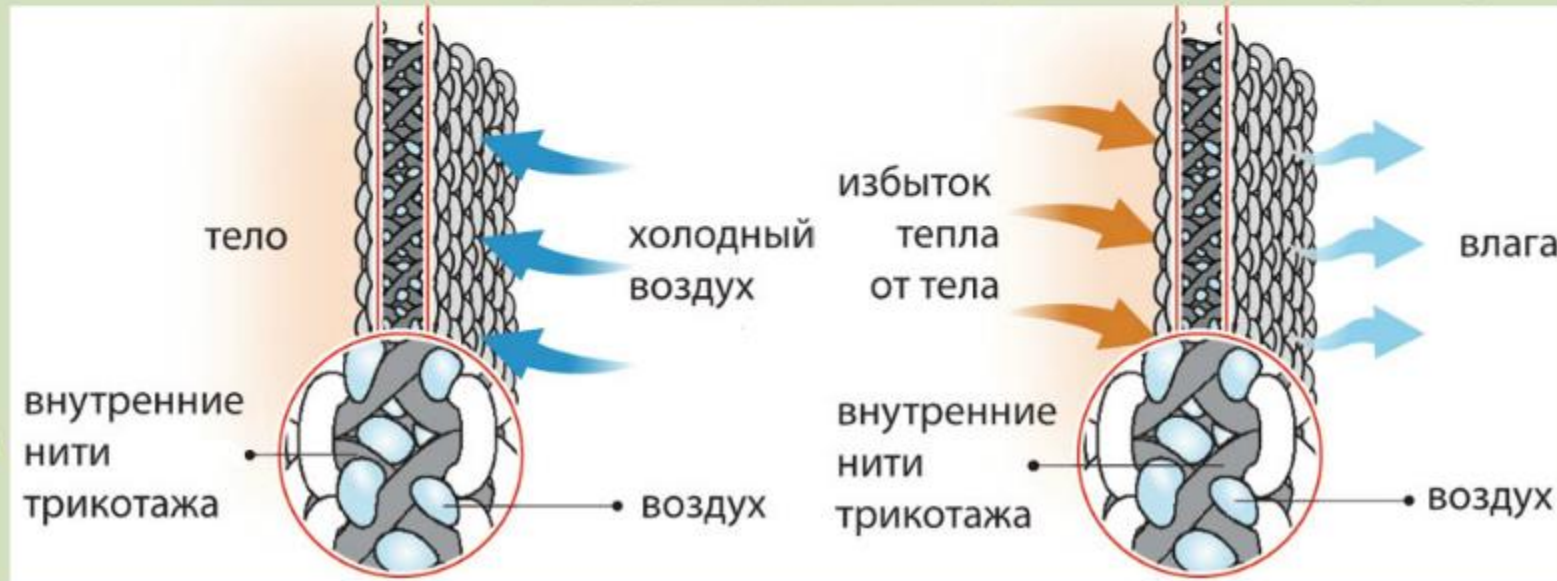
Этот тип термобелья хорош для невысокой активности и/или пребывания в условиях холодной и очень холодной погоды.

Когда главная задача — согреться! Оно не так хорошо отводит влагу и не так быстро сохнет, поскольку него другие приоритетные задачи.



- Влаговыводящее (функциональное)

Создается из полностью синтетических материалов и предназначено для того, чтобы эффективно отводить влагу (пот) от тела. Сам материал при этом вообще не впитывает влагу, а просто проводит ее сквозь себя и именно поэтому максимально быстро сохнет, предотвращая остывание организма. Важно понимать, что тепло тела оно удерживает слабо и уж тем более не греет. Эти термухи можно использовать и при активности в жарких условиях, без верхнего слоя.

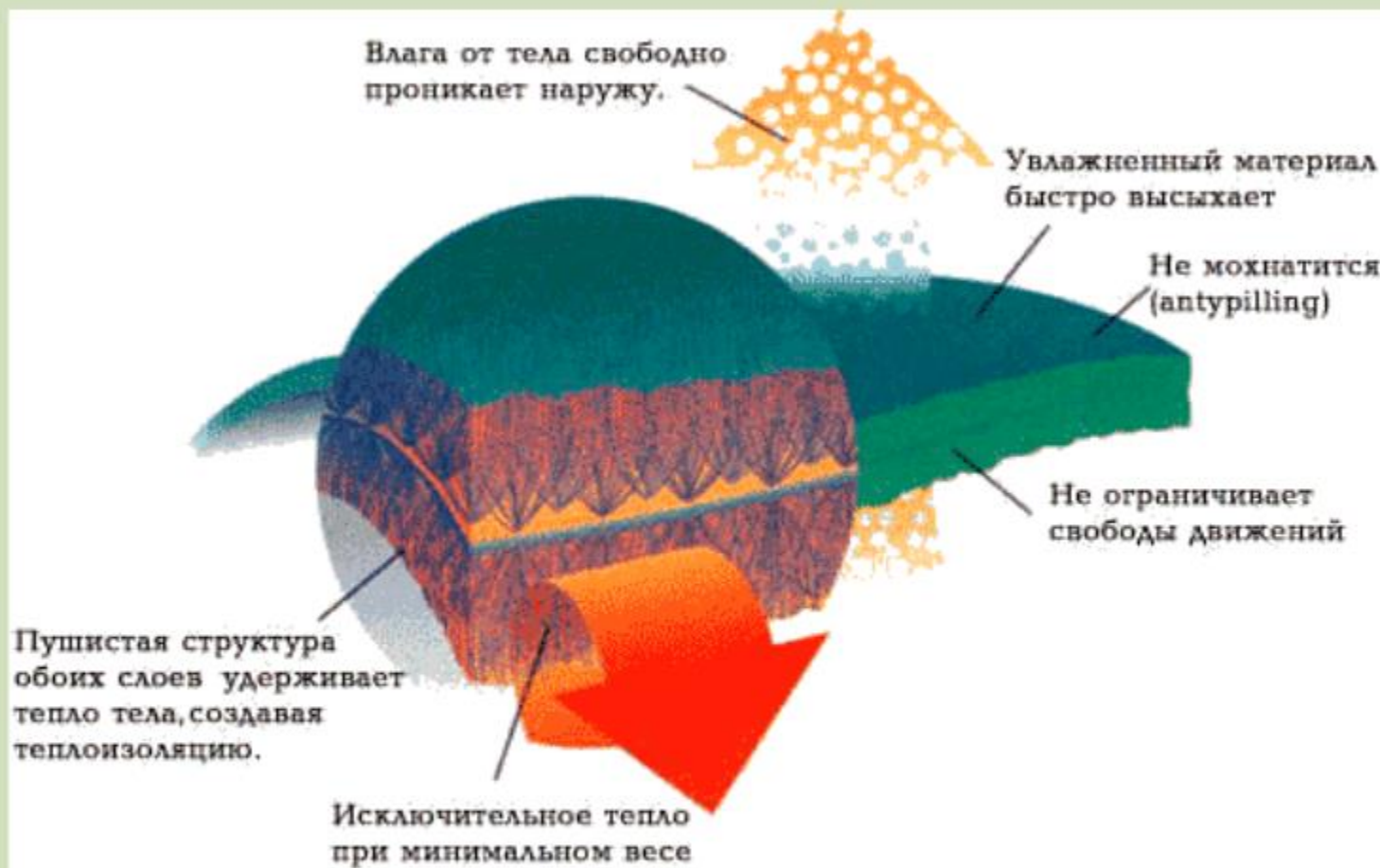


Благодаря все тому же механизму отведения влаги они защитят от перегрева во время нагрузки и от переохлаждения после ее окончания.

Средний слой - второй слой одежды

- Полары (модели из флисовых тканей)

Классика среднего слоя. Одним из главных достоинств полара является его способность эффективно транспортировать влагу, как в виде водяного пара, так и в виде жидкости от термобелья к следующему слою. То есть главное преимущество — они очень «дышащие».



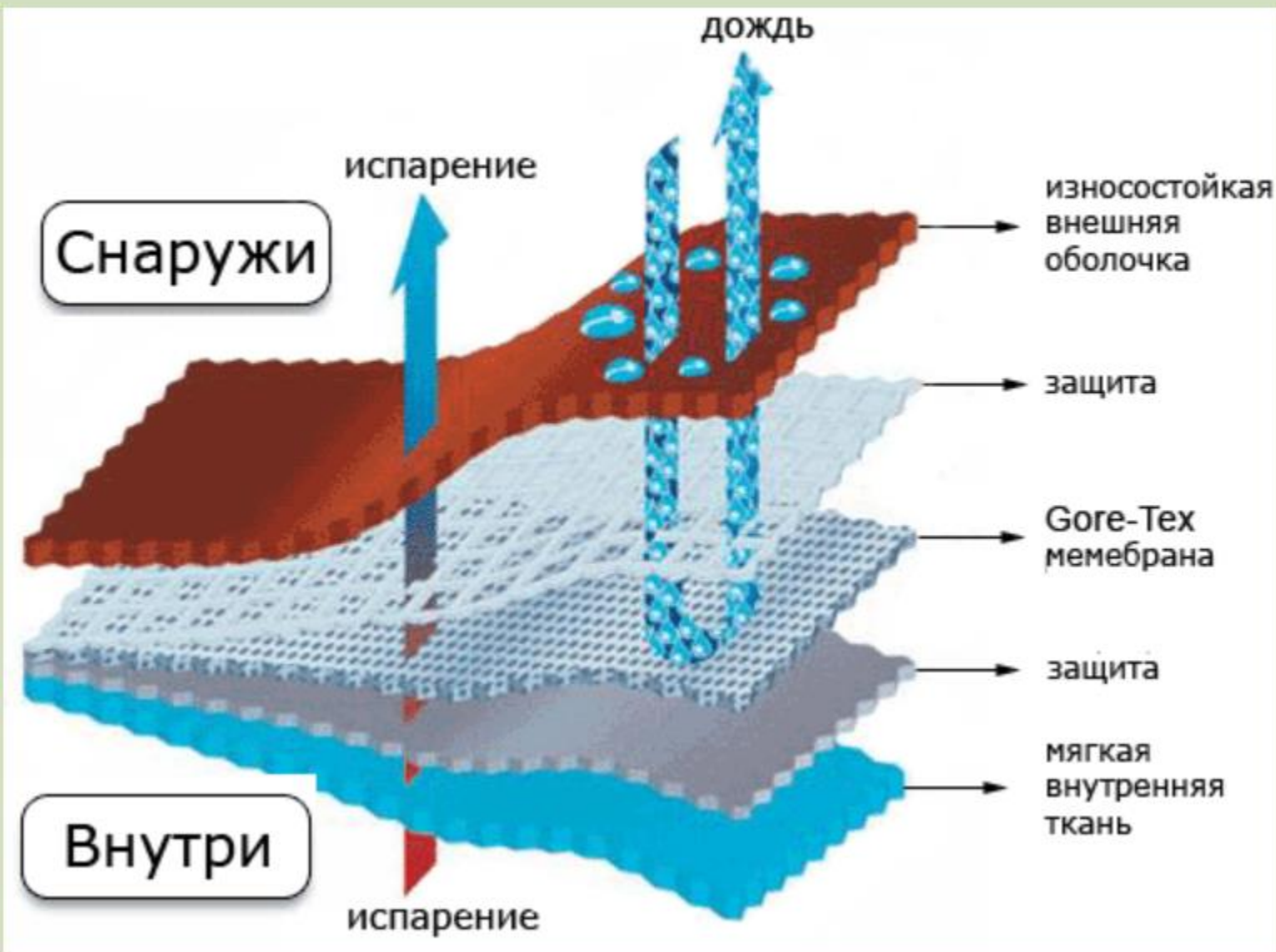
- Внутренние куртки и жилеты с синтетическим утеплителем

Такие куртки обладают существенно большей теплоизоляцией на единицу веса, чем флисовые полары. К тому же они еще менее уязвимы к влаге — их сложнее намочить, но даже намочнув, они не слишком теряют в теплоизоляции.



Почти полная непродуваемость таких курток позволяет использовать их в качестве верхнего ветрозащитного слоя в условиях слабых осадков. Компактность и легкий вес — еще один плюс. Главный недостаток по сравнению с классическим поларом — меньшая паропроницаемость, как обратная сторона ветрозащищенности.

Верхний слой - третий (штормовой) слой одежды



Туристическая обувь

Треккинговые кроссовки (анг. Hiking shoes)

малая высота ботинка
отсутствие поддержки
голеностопа и максимальная
его подвижность

жесткий задник
повышает устойчивость стопы



легкая защита мысы

вес пары: 800 г.
цена: \$80 - \$200

более жесткая по сравнению с
обычными кроссовками подошва

износостойкий протектор
ориентирован на ходьбу по тропам

Легкие трекинговые ботинки (анг. Hiking boots)

герметичный язык
не позволяет воде и грязи
просачиваться через шнуровку

легкий синтетический
верх ботинка

износостойкий
кожаный низ



средняя высота ботинка
(1-2 крючка на берце)
умеренная поддержка
голеностопа

средняя жесткость
подошвы

вес пары: 1200 г.
цена: \$100 - \$250

Носки: шерстяные \ трекинговые \ непромокаемые (dexshell)

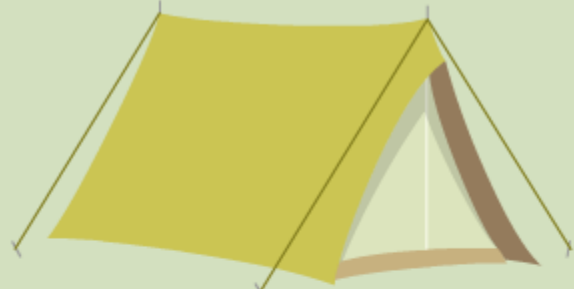
Берцы



Шлепанцы \
Кроксы



Групповое снаряжение - палатки



С жестким каркасом



Каркасно-дуговые



Кемпинговая



Характеристики палаток

1. Сезонность
2. Количество мест
3. Габариты и вес
4. Материал внешнего тента
5. Материал дна
6. Стоимость

Прежде всего надо сказать, что не существует некой «идеальной» палатки, подходящей всем и на все случаи жизни.

Групповое снаряжение - палатки

Вес палатки

За счет появления более совершенных материалов современные палатки постепенно становятся легче и легче. Вес палатки растет с увеличением ее человековместимости не линейно. Так, пятиместная палатка, при прочих равных, в пересчете на одного обитателя всегда будет весить меньше, чем двухместная. Так что лучше ориентироваться на следующую экспериментально выведенную таблицу:

		средний вес палатки	вес на 1го чел.
2х местная		3,0 – 3,8 кг	1,7 кг
3х местная		3,7 – 4,5 кг	1,4 кг
4х местная		4,0 – 5,0 кг	1,1 кг
5х местная		4,5 – 5,5 кг	1,0 кг

Цена палатки

Диапазон цен на палатки достаточно широк. Цена палатки хорошо отражает качество материалов и тот технический уровень, на котором она сделана. Конструкция дорогой топовой палатки разрабатывается годами, экспериментируя, подбираются правильные материалы, продумываются нюансы.

В то же время ее китайский собрат из Ашана - это, как правило, копия какой-нибудь известной модели, но значительно упрощенная. Такая палатка тоже может иметь право на существование, особенно где-нибудь в простом двухдневном выезде на природу.

		средняя цена палатки
2х местная		7 000 – 12 000 р.
4х местная		10 000 – 16 000 р.

Актуальность – фев. 2016 г.

Групповое снаряжение - прочее

Тент



Костровый тросик



Котелки (каны)



Топор



Пила



Таганок



Газовая горелка



Газовый баллон



Где можно купить туристическое снаряжение



Рыболовный \
охотничий
магазин



Доступно \ Дороже \ Сердито



А нам еще далеко идти?

А есть скоро будем?

Когда привал?

А разряд дадут?

Спасибо за внимание!

Буду рад ответить на Ваши вопросы

vk.com/wersa4e

wersa4e@gmail.com