

ЛАЙФХАК: КАК ВЫБРАТЬ СНАРЯЖЕНИЕ?

Виды туристического снаряжения

Для общего развития

1) Бивачное снаряжение: все снаряжение необходимое для организации ночлега и питания группы в полевых условиях (палатки, спальники, кухонные принадлежности, костровое снаряжение, КЛМН (и пр.);

2) Специальное снаряжение: снаряжение, необходимое для обеспечения безопасности туристов и для эффективного ориентирования на маршруте (верёвки, ледорубы, спасательные жилеты, карты, компасы, лыжи, велосипеды и т. п.);

3) Вспомогательное снаряжение: которое не входит в вышеуказанные категории.

Помимо этого снаряжение по его использованию делится на **личное** и **групповое**.

Требования к снаряжению

- прочность, надежность
- минимальный вес и объем, то есть портативность
- простота в использовании
- многовариантность использования
- комфортность
- гигиеничность
- эстетичность

Но, стоит заметить, что идеального снаряжения, которое подходит под все вышеуказанные пункты, не существует.

Условия, ожидающие вас в зоналке

- 1) Возможные заморозки ночью, хотя сейчас погода останавливается максимум на +10 градусах, так что дальнейшее повествование о спальниках не должно испугать вас, все будет намного легче, я надеюсь
- 2) Жара днем
- 3) Дожди- это, пожалуй, самая противная ситуация, поэтому одежда должна быть и снаряжение с соответствующими водоотталкивающими характеристиками

Список обязательного снаряжения (неполный)

- Рюкзак/баул/сумка
- Непромокаемый вкладыш в рюкзак
- Спальник (доп. Вкладыш в него)
- Палатка
- Пенка
- Одежда
- Обувь
- КЛМН (кружка, ложка, миска, нож)
- Фонарик (речь пойдет о налобном)

РЮКЗАК

Объем. Для весенних и зимних походов и экспедиций вещи в обязательном снаряжении будут занимать больший объем, чем летом, это нужно учитывать при выборе рюкзака. (если рюкзак далее будет использоваться)

Удобство и надежность подвесной системы. Рюкзак должен сидеть как влитой, поддерживать спину, ремни не должны ослабляться от большего веса рюкзака.

Наличие подручных карманов для мелочи. Желательно, но не обязательно.

Стойкость материалов к повреждениям и внешним воздействиям.

Будет нелишним водонепроницаемая накидка/чехол на рюкзак, которая защитит рюкзак от быстрого промокания.

Также важен при выборе вес самого рюкзака!



БАУЛ/СУМКА

Никогда не использовала, но думаю большие сумки всем в помощь, если совсем страшно-берите с водоотталкивающим дном, чтоб уж наверняка

Плюс храните в сухом месте, тогда казусов не произойдет

НЕПРОМОКАЕМЫЙ ВКЛАДЫШ В РЮКЗАК

Здесь есть несколько путей:

- 1) **Непромокаемый вкладыш, он же т.н. компрессионный гермомешок.** Плюсы в том, что у вещей будет дополнительная защита от промокания. Цена варьирует в зависимости от объема. Примерно обойдется до 2000 т.р.
- 2) **Транспортные гермомешки и сумки.** Самостоятельная сумка, непромокаемая и плотная. Дороже(не всегда). Минус в том, где из-за своей плотности неудобно убирается в рюкзак.
- 3) Для варианта **дешево и сердито:** большой мусорный пакет на 120 литров в рюкзак, а в него уже помещать вещи, расфасованные по пакетам. Вариант рабочий, проверен не раз.

СПАЛЬНИК

Виды спальников:

- 1) **Спальник-одеяло:** внешним видом напоминает одеяло, только с длинной молнией, с помощью которой можно состегивать.
- 2) **Спальный мешок:** отличается от предыдущего наличием капюшона.
- 3) **Спальник-кокон:** по форме напоминает трапецию, сужающуюся у ног и расширяющуюся к изголовью. Лучшая модель для индивидуальных ночевок, сможете прогреть спальник своим телом и не замерзнуть.

1



2



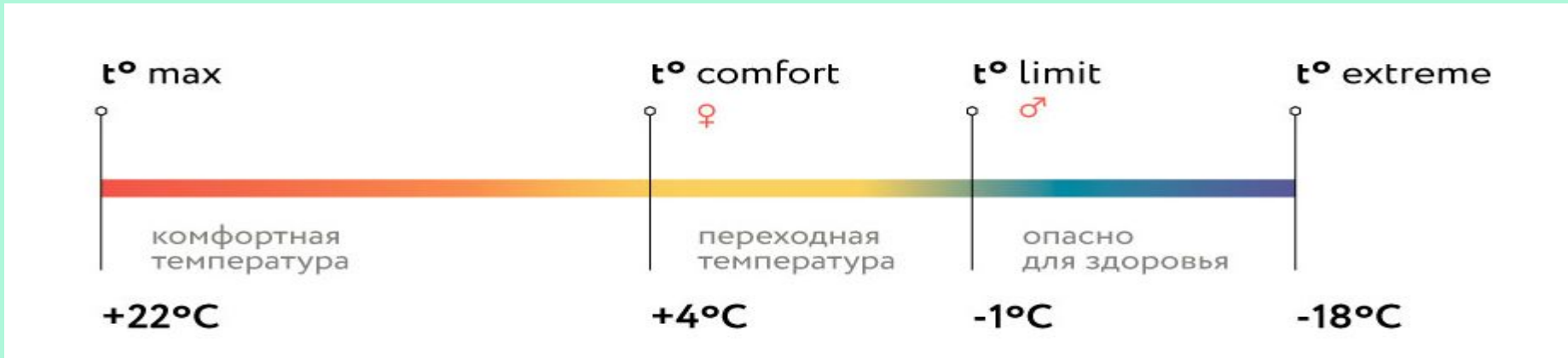
3



СПАЛЬНИК

Выбор спальника-компромисс между теплоизоляционными свойствами, весом, компактностью в сложенном виде и стоимостью изделия.

Основных критериев выбора два: **температура комфорта и материал наполнителя.**



Обычно максимальную температуру не пишут, а оставляют три последние колонки.

$T \text{ comfort}$ - комфортный сон среднестатистической женщины в течение 8 часов без пробуждения

$T \text{ limit}$ – сон среднестатистического мужчины без пробуждения в течение 6-8 часов

$T \text{ extreme}$ – экстремальная температура, препятствующая обморожению.

СПАЛЬНИК

Существуют 2 основных утеплителя для спальников-**пух и синтетика**.

Пух. Легкий, с теплоизоляционными и компрессионными свойствами, но боится влаги. Дорогой.

Синтетика. Мокрая не теряет согревающих свойств, быстрее сохнет, но быстрее слеживается и объемней. Дешевле.

Спальник желательно упаковать в **водонепроницаемый чехол или полиэтиленовый пакет** (подойдет мусорный). Иначе он будет впитывать влагу и терять свои теплозащитные свойства.

СПАЛЬНИК

Мой совет:

Комфорт спальника должен быть в районе 0 градусов, так как бывают заморозки ночью, плюс такой спальник можно использовать на протяжении трех сезонов. Относительно модели - желательно кокон.

Если у вас есть спальник на температуру около + 10 градусов, то есть варианты:

- 1) Купить новый с рекомендуемой температурой комфорта
- 2) Купить новый, но с более высокой температурой комфорта и взять оба, чтобы вкладывать один в другой и спать. Объемно по занимаемому месту.
- 3) Конечно есть вариант набрать тучу саморазогревающихся стелек и запихивать их в спальник, но их придется везти с собой целую сумку и по цене выйдет как новый спальник.
- 4) Одолжить
- 5) Купить пуховый вкладыш в спальник, но это дорого+для тех, кто действительно будет и дальше пользоваться.

ПАЛАТКА

Экстремальные. предназначены для альпинизма, горного, зимнего и других видов экстремального туризма. Эти палатки оснащены усиленной системой дуг, изготовлены из самых современных и прочных материалов, выдерживают очень сильный ветер и устойчивы к перепадам температур.

Трекинговые: подходят для походов и экспедиций меньшей сложности, поэтому могут иметь менее высокие показатели влагостойкости. Для этих палаток характерны не только высокий уровень комфорта и влагостойкость, но и простота установки и удобство использования.

Кемпинговые: имеют большой вес и, скорее всего, перевозить ее будет возможно только на автомобиле. Кроме того, имеют высокие потолки, чтобы в них можно было встать в полный рост.

Кемпинговая



Трекинговая



Экстремальная



Однослойная



Двухслойная



ПАЛАТКА

Тут важные критерии — **вес + двухслойность.**

- Вес: его можно распределить из расчета 1 кг на одного участника похода (если покупается на несколько участников).
- Желательный размер в собранном виде: обычно это 45×15 см.(не всегда)
- Обязательно палатка должна хорошо вентилироваться для предотвращения скопления конденсата внутри.
- Обязательно смотрите на **характеристики палатки**: длина-если человек высокий, то он не должен упираться ногами в стенки и способствовать промоканию палатки изнутри, ширина-исходя из 60 см на человека внутри палатки, наличие тамбура приветствуется, также смотрите на **влагостойкость дна и тента**, поможет оценить, насколько вы промокните/или не промокните.

Для непродолжительных межсезонных походов в средней полосе России вполне подойдет трекинговая палатка, только нужно учитывать внутреннее пространство, возможность установки в одиночку, и пространство под тамбур. Стойки могут быть пластиковые, тогда цена будет дешевле.

КОВРИК/ СИДУШКА

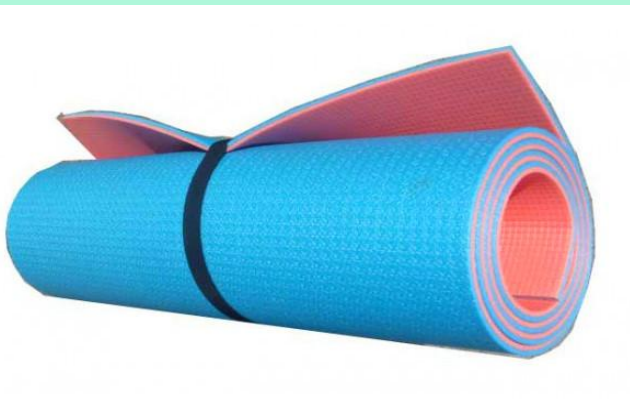
- Основным критерием является **толщина и вес** коврика.

само надувающиеся коврики — в их заполнении используется пористая пена, которая, наполняясь воздухом, расправляется на весь свой объём;

надувные коврики — большую часть их объёма составляет воздух. Такие коврики могут быть утеплены — с помощью особой конструкции, объёмного утеплителя или отражающих тепло материалов. Неутеплённые модели представляют собой лёгкую и компактную альтернативу надувным ПВХ-матрасам;

коврики-карематы(пенка) — сделаны из пластов пены с закрытыми ячейками.

Рекомендую не париться и взять две **пенки**, надувные могут проколоться + они дороже+тяжелее.



ОДЕЖДА



БАЗОВЫЙ СЛОЙ

Термобелье

Отводит влагу от тела
Плотно облегает
Не теплое

Синтетика, иногда с шерстью



СРЕДНИЙ СЛОЙ

Утепление

Хорошо дышит
Хорошо держит тепло
Продувается и промокает
Быстро сохнет

Флис, раньше шерсть



ВЕРХНИЙ СЛОЙ

Защита

Ветро- и влаго- защита
Должна дышать
Яркая
Прочность к износу

Мембрана

ОДЕЖДА

Одежда для ходьбы. В этой одежде вы будете проводить самую активную часть дня. Одежда для ходьбы должна быть прочной, удобной, хорошо сохранять тепло и обладать водоотталкивающими свойствами (не вся). Очень важно, чтобы во время движения вам было тепло и комфортно. К одежде для ходьбы относятся:

- термобелье (возможно только его верхняя часть);
- гетры, или высокие носки (плотные и теплые);
- флис (желательно с капюшоном) — теплая легкая кофта;
- ходовые штаны: это могут быть легкие водоотталкивающие штаны, под которые можно поддеть термобелье; лыжные штаны (термобелье под них одевать не обязательно);
- балаклава (ее может заменить капюшон у флиса, либо шарф);
- шапка
- штурмовка, или легкая куртка на мембране (желательно Gore-tex): обязательно должны обладать водоотталкивающими и ветрозащитными свойствами;
- перчатки, или варежки (желательно две пары): обязательно должны обладать водоотталкивающими и ветрозащитными свойствами (оптимально подходят лыжные перчатки).

Здесь вариант в основном для ранней весны, но можно чередовать слои, главное-тепло+комфорт, так что делать это С УМОМ!

ОБУВЬ

Основные критерии:

- ребристая подошва для исключения скольжения
- средний/высокий ботинок для фиксации стопы и исключения травм
- наличие мембраны для исключения промокания+ правильный материал

Треккинговые кроссовки: низкие, прочные кроссовки со специальной подошвой, предназначенной для пересеченной местности, с хорошей амортизацией. Они идеально подойдут для походов выходного дня и более длительных по времени походов и выездов, но с незначительными нагрузками. (Рассчитано на сухую погоду)

Обувь для среднего и легкого треккинга: средние или высокие ботинки, все еще имеют хорошо гнущуюся подошву, но облегают и поддерживают ногу лучше. Предназначены для такого же вида походов. (Большой диапазон погодных условий)

ОБУВЬ



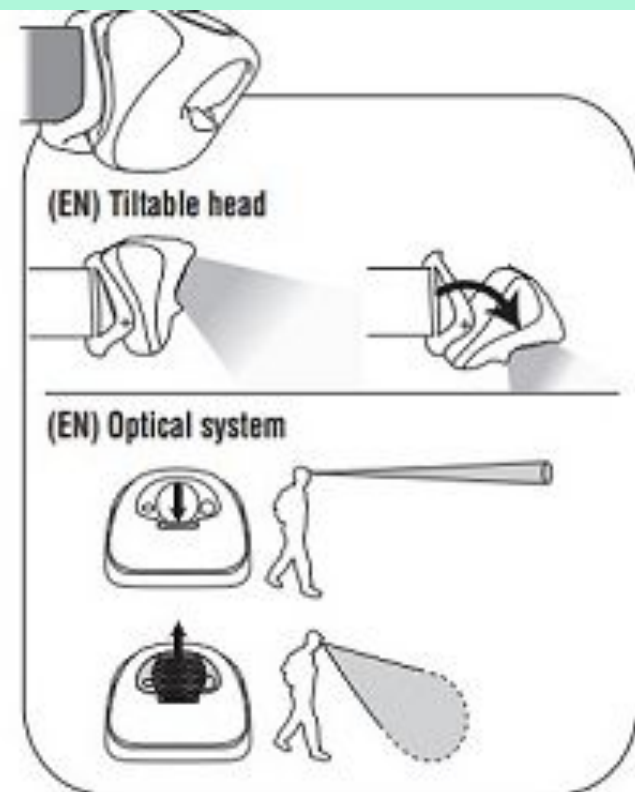
ФОНАРИК

На эти характеристики стоит обратить внимание при выборе, также чем ярче и дальше светит фонарь, тем меньше у него время работы с данными батарейками.

Технические характеристики	Измеряется	Что это значит
Световой поток (яркость)	Люмен	Мощность свечения фонаря у основания луча при полностью заряженных батарейках
Дальность свечения	Метры	Максимальное расстояние, при котором световой луч обеспечивает минимально допустимую норму освещения
Время работы (срок службы батарейки)	Часы	Как долго вы можете использовать фонарь
Вес	Граммы	Модели высокой мощности весят больше

ФОНАРИК

Перед походом лучше сменить/зарядить элементы питания+ запастись ими
Литиевые батарейки очень хороши и служат долго, щелочные чуть хуже.



КЛМН

- При выборе посуды учитывайте вес, но нести на себе придется мало, так что можете брать и железную-она прочнее, и пластиковую.
- Плюсы железной посуды заключаются в том, что если вам нужно что-то подогреть на огне, смело можете ставить миску/кружку в костер, с пластиком же такое не прокатит, плюс он любит раскаливаться

ВАЖНО!

- Всегда сначала оценивайте товар по его характеристикам, а не по доступности в цене, учитывайте его нужность и дальнейшее его использование
 - SCIENCE!

Полезные ссылки

Сначала для мажоров

- 1) <https://alpindustria.ru/>
- 2) <https://sport-marafon.ru/>
- 3) <https://www.kant.ru/>
- 4) <https://redfoxmsk.ru/>

Теперь магазины подешевле

- 5) <http://www.splav.ru/>
- 6) <https://www.tk-turin.ru/>

Ну и совсем дешево и сердито, но качество вроде не особо хромает

- 7) <https://www.decathlon.ru/>
- 8) <https://www.sportmaster.ru/>