



Одежда в походе



Подготовил: Зуев А.Н.

Введение: основные идеи

- Берите одежду с запасом по температуре.
- Минимум открытых участков кожи.
- Одежда должна обладать определенным набором качеств:
 1. должна защищать от воздействия внешних температур.
 2. не должна сковывать движения.
 3. должна быть легкой и прочной.
 4. должна быстро сохнуть.
 5. должна “дышать”, т.е способствовать отводу влаги наружу.

Применение в походе

Условно можно разделить на три типа:

- Ходовая



- Бивачная (стояночная)



- Спальная

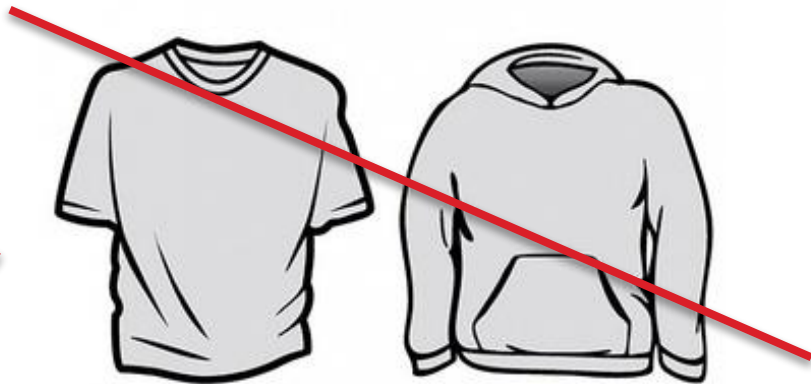
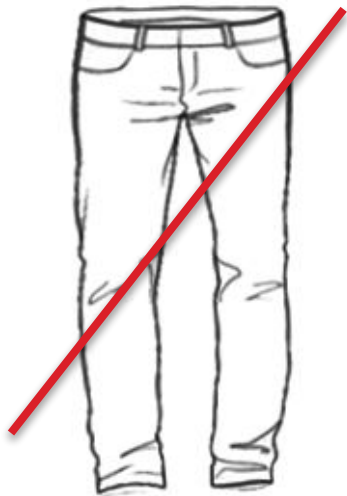


Синтетика

Хлопок

За

- ✓ Экологичная ткань
- ✓ Великолепно дышит
- ✓ Гипоаллергенна
- ✓ Комфортная в носке
- ✓ Впитывает влагу



Синтетика – уже лучше!

Выбор синтетики на сегодняшний день очень богат: полиэстр, микрофибр, флис, полиамид, полартек, эластан и др.

Плюсы:

- ✓ Прочность и долговечность
- ✓ Быстрое высыхание (в 10 раз быстрее натуральных)
- ✓ Малый вес
- ✓ Не пропускает ультрафиолет

Минусы:

- Электризируемость
- Менее приятна телу



Трехслойная концепция



Защитный слой

Утеплитель

Термобелье

Первый слой – контакт с телом

- Является базовым слоем.
- Одежда первого слоя должна быстро **отводить влагу** от вашего тела, то есть быстро сохнуть.
- Полезное свойство которым должно обладать хорошее нательное бельё для походов: возможность **не впитывать запахи**
- В те моменты, когда футболки недостаточно, так как на улице холодно или даже морозно, применяют, так называемое, **термобелье**.

е

- “Привет, я хочу в поход, какое термобельё больше всех греет?”
- (-_-) Никакое, термобельё не греет!
- Задача термобелья - **сохранить процесс терморегуляции**, то есть оно, являясь первым слоем, прилегающим к телу, должно **выводить всю влагу наружу**.
- Покупая «термуху», хорошо подумай, для каких условий ты ее покупаешь и **НЕ ЭКОНОМЬ!**



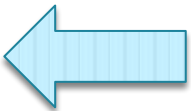
делают?

- **Натуральные материалы**, такие как **шерсть** и **хлопок**, изначально были главными материалами для термобелья, но, как и во всём остальном снаряжении, **синтетика** вытеснила их с позиции лидеров.
- **Синтетические материалы** для термобелья – это полипропилен, полиэстер или полиамид. Полипропилен обладает наименьшей гигроскопичностью и применяется для термобелья с максимальными требованиями к водоотведению, но самым популярным является полиэстер.

Термобельё.

Выводы.

- В наши дни позволить себе «термуху» может любой, в различных ценовых категориях.
- Выбирайте термобельё, предусматривая степень активности, а не только температурный режим.
- Учитывайте индивидуальные особенности вашего организма, никто не даст вам точного совета о том, какое подойдёт именно вам.
- Термобельё должно хорошо на вас сидеть, но и не должно стеснять движения и слишком плотно обтягивать.



Второй слой – утепляемся

Если задача первого слоя – придавать комфорт при контакте с телом, то **задача второго слоя - сохранять тепло**. Этот слой создаёт прослойку между холодным воздухом снаружи и теплом от тела изнутри.

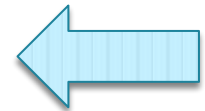
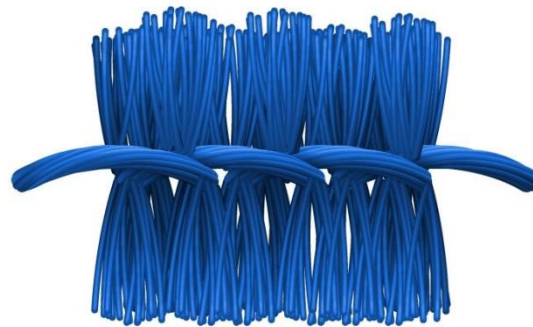
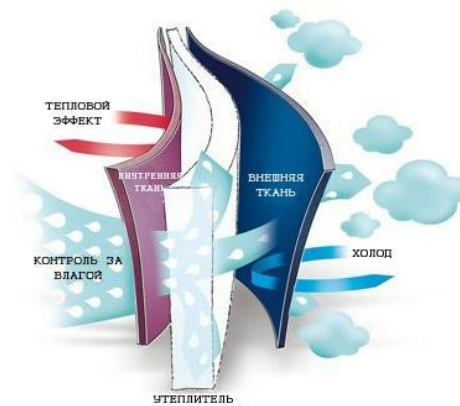
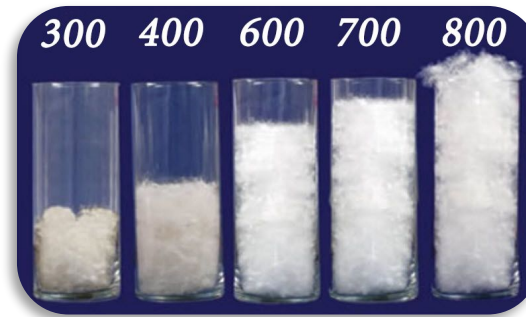
- Должен быть эффективным в соотношении **вес – теплоёмкость**.
- Зачастую, в качестве утепляющего второго слоя, используют, так называемый, **флис**.
- Очень важно, чтобы второй слой взаимодействовал с первым, то есть тоже **дышал**. Иначе работа термобелья будет напрасна, вся влага останется под одеждой, вызывая неприятные ощущения.

Утеплители

■ Пуховые

■ Синтетические

■ Флисовые

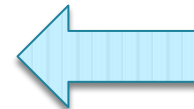


Пуховые утеплители

- Обладает отличными показателями теплоустойчивости.
- Прекрасно компрессуется и восстанавливает свой объём.
- Может быть совершенно разного качества, и для его классификации придумали свойство **Fill Power**. FP - характеристика, описывающая способность ограниченной массы пуха заполнять определенный объем.
- Успешно применяется в одежде и спальниках для тяжёлых походных и погодных условий.

Так же есть и ряд недостатков:

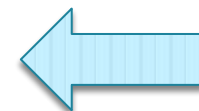
- Теряет свои свойства при намокании, медленно сохнет.
- Пух трудно удержать на месте.
- Качественный пух - очень дорогой материал.



Синтетические утеплители

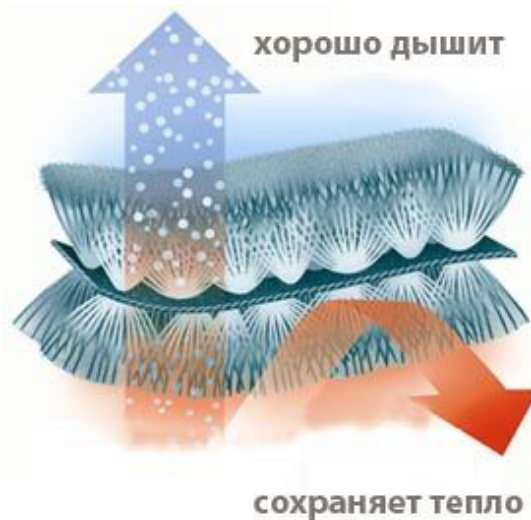
По характеристикам теплоустойчивости наилучшие образцы синтетики уже приблизились к пуху.

- Ощутимое преимущество перед пухом - она гораздо лучше **сохраняет свои свойства во влажных условиях.**
- Тройка брендов-лидеров: Thermolite, Primoloft и Climashield.
- Делятся на несколько категорий: микроволоконные, непрерывноволоконные и смесовые.



Флисовые утеплители

- **Флис** – это синтетическое трикотажное полотно из полиэстера.
- Лидером среди производителей считается фирма Polartec.
- Одежда из флиса греет потому, что этот материал способен «связывать» и удерживать в своей структуре большое количество воздуха.
- Второе важное свойство флиса — его гидрофобность (свойство полиэстеровых нитей не впитывать влагу).



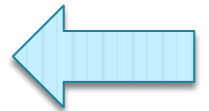
недостатки



- ✓ Теплосбережение
- ✓ Гидрофобность
- ✓ Тактильный комфорт
- ✓ Вес
- ✓ Огнестойкость
- ✓ Биологическая устойчивость

Флис. Выводы.

- Флис — это утепляющий и влагоотводящий синтетический материал.
- Эта «искусственная шерсть» легка, прочна, долговечна и проста в уходе. Одежда из флиса хорошо греет, эффективно отводит испарения от тела, быстро сохнет, не вызывает аллергии и не мнется.
- Может использоваться как отдельно, так и в трехслойной системе одежды в качестве второго, греющего слоя.



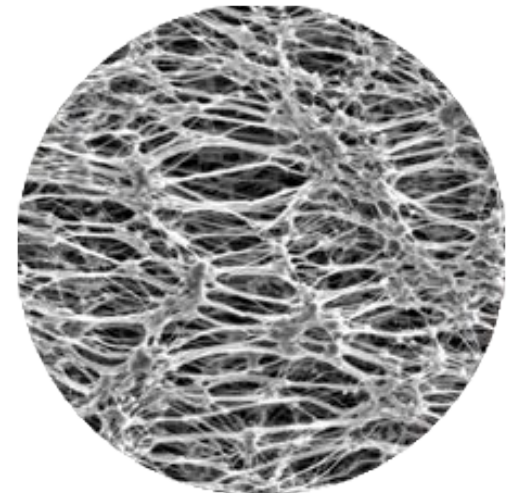
НЕПОГОДЫ

- Задача верхнего слоя одежды – **защита от любых проявлений неблагоприятной погоды: дождь, снег и ветер.**
- Главная характеристика третьего слоя – это его **влагостойкость и паропроницаемость.**
- Верхняя одежда должна быть достаточно прочной на истирание и разрыв.
- Лучший выбор третьего слоя – одежда из **мембранной ткани.**



Что такое мембрана?

- В сфере туризма **мембрана** – это материал, который призван защищать от внешних погодных условий и при этом выводить испарения из внутренней части изделия наружу, или попросту «дышать».
- **Две основные характеристики:**
 - водостойкость и паропроницаемость.
- У настоящей мембраны нет стороны –
 - она работает в обе стороны одинаково!
- **Помни, мембрана- это не волшебная субстанция, магически защищающая тебя от непогоды и в миг выводящая излишнюю влагу наружу.**



Характеристики

- **Водостойкость** - это высота столба воды, который мембрана выдержит, не промокнув.

Измеряется в миллиметрах, либо применяют другую единицу измерения - PSI (Pounds per Square Inch – фунт веса на квадратный дюйм). Считается, что все материалы с показателем PSI свыше 25 – водонепроницаемы. Чем выше данный показатель, тем лучше.

- **Паропроницаемость.** Общая суть сводится к измерению следующего показателя: количество воды в граммах, которое испарится с квадратного метра ткани за 24 часа (г/м²/24ч).

Слои мембраны

Сама по себе мембрана - это очень хрупкий и тонкий лист материала, который в конечном продукте должен быть обязательно нанесён на другой материал.

Выделяют **три основных типа** конструкции мембраны:

- **Двухслойная**, при которой мембрана защищена только снаружи - маркируется как 2L.
- **Два с половиной слоя** – 2.5L. Как и в первом случае, у материала два слоя, но на внутреннюю часть дополнительно наносят защитный слой из нетканого материала. Изделия из таких мембран очень лёгкие и компактные.
- **Трёхслойная конструкция** или 3L, предполагает защиту мембраны тканью с обеих сторон. Основной плюс - максимальная износостойкость.

Виды мембран

■ Гидрофобные или поровые мембраны:

- ✓ высокая эффективность пароотведения в условиях повышенной влажности и при низких температурах;
- ✓ хорошие «дышащие» свойства;
- ✓ отличные показатели водостойкости
- малая эластичность
- легко загрязняется
- требует особого ухода

■ Гидрофильные или беспоровые мембраны:

- ✓ отличные «дышащие» свойства;
- ✓ неприхотливость;
- ✓ эластичность;
- ✓ хорошие показатели водостойкости;
- плохо работают в условиях высокой влажности и при низких температурах.

■ Комбинированные мембраны:

Имеют те же достоинства, что и предыдущие, но и недостатки беспорового слоя, хоть и в меньшей степени за счёт более тонкого слоя полиуретана.

Выводы

- Помним, куда и для чего мы одеваемся, учитывая сезон.
- Хлопок – **MUST DIE!** Исключение может составить ПВД в теплое время года, или применение в качестве спального комплекта.
- Одеваемся послойно.
- Качество слоев должно соответствовать друг другу.
- Выбирайте функциональную одежду.

*Топчешь лес? Бороздишь
бескрайние просторы?
Сплавляешься по бурной реке или
покоряешь вершины?*

Одевай технологичное с умом!



Спасибо за внимание.