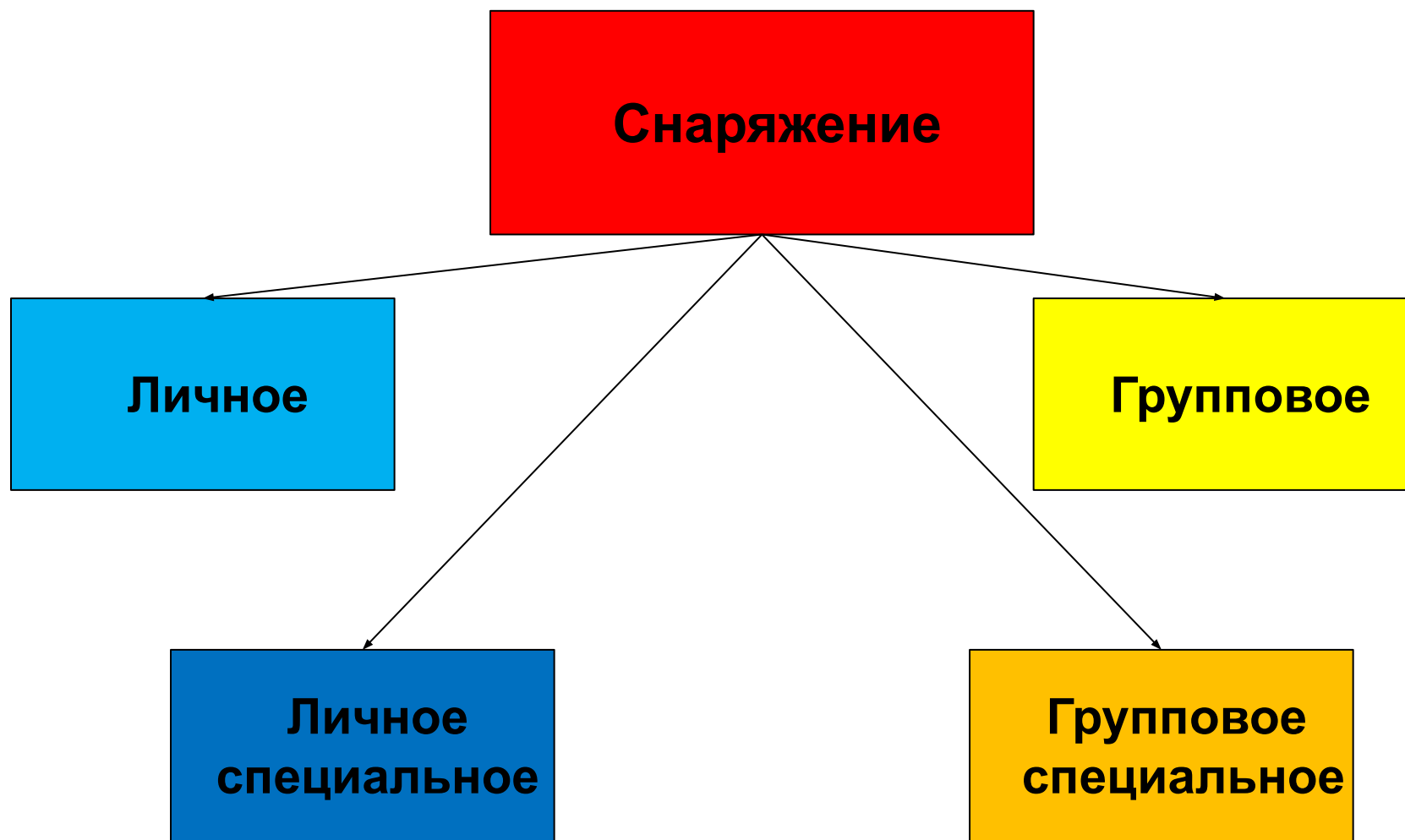


Снаряжение для похода



Какое бывает снаряжение



Личное

Самое-самое

- ▣ Рюкзак туристический 60-90 л
- ▣ Спальник
- ▣ Пенка (коврик)

Личное: рюкзак



КАК ОТЛИЧИТЬ ТУРИСТА ПО РЮКЗАКУ?



<10 kg

Гуру

15 kg

Опытный турист

<30 kg

Начинашка

∞

Перворазник

Личное: спальник, пенка



Личное

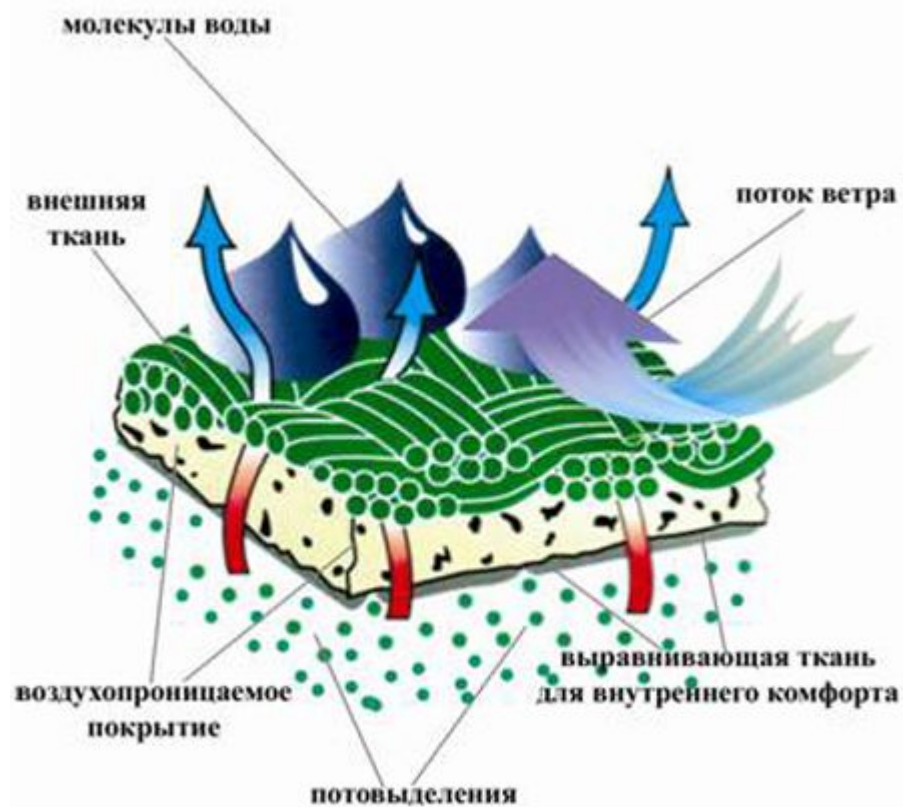
Одежда базовая:

- ▣ Штормовые мембранные штаны
- ▣ Штормовая мембранная куртка
- ▣ Ходовые штаны (синтетические)
- ▣ Флиски
- ▣ Термобелье (верх+низ)
- ▣ Треккинговые ботинки
- ▣ Носки
- ▣

Тоже нужная одежда

- ▣ Запасное термобелье (либо футболка)
- ▣ Шорты
- ▣ Панама (бандана и т.д.)
- ▣ Шапка
- ▣ Легкие кроссовки (сандалии)
- ▣ Пуховка (по необходимости)

Личное: мембранные штаны и куртка



Личное: термобелье



!!! Синтетика

Личное: ходовые штаны и флиска



Личное: обувь, носки



Личное

Прочее нужное

- ▣ КЛМН (кружка, ложка, миска, нож)
- ▣ Пендаль (сидушка)
- ▣ Налобный фонарь
- ▣ Мыльно-рыльное (полотенце, зубная щетка, паста, мыло и т.д.)
- ▣ ТБ (туалетная бумага)
- ▣ Солнцезащитные очки
- ▣ Зажигалка или спички
- ▣ Индивидуальная аптечка (пластырь!!!)
- ▣ Солнцезащитный крем
- ▣ Чехол на рюкзак
- ▣ Трекинговые палки
- ▣ Герметичная упаковка под документы

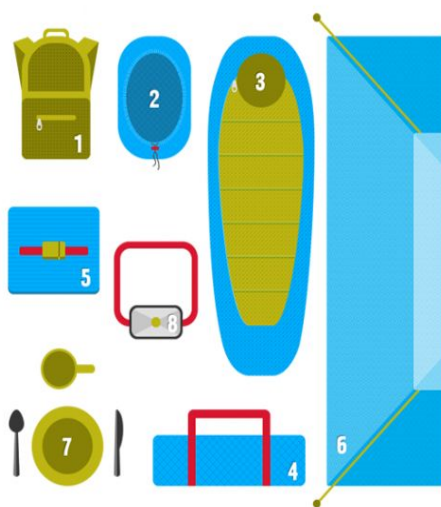
Личное

- Ходовые штаны (синтетические)
- Штормовые мембранные штаны
- Штормовая мембранная куртка
- Флиска
- Термобелье (верх+низ)
- Запасное термобелье (либо футболка и прочие заменители)
- Шорты
- Панама (бандана, самбреро и прочие прелести)
- Шапка
- Носки – 4 пары
- Смена белья
- Треккинговые ботинки
- Легкие кроссовки (можно сандалии)
- Рюкзак туристический 60-90 л
- Спальник
- Пенка
- Пендаль
- Чехол на рюкзак
- Налобный фонарь
- Треккинговые палки (по желанию)
- КЛМН (кружка, ложка, миска, нож)
- Мыльно-рыльное (полотенце, зубная щетка, паста, мыло и т.д.)
- ТБ (туалетная бумага)
- Зажигалка или спички
- Индивидуальная аптечка (пластырь!!!)
- Очки солнцезащитные
- Солнцезащитный крем
- Герметичная упаковка под документы

Личное

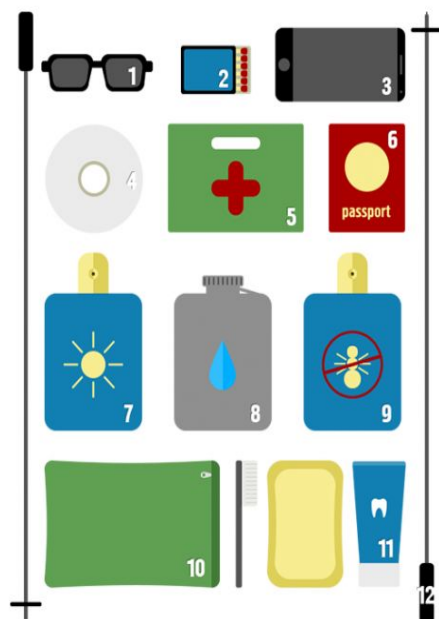
Что я возьму с собой в поход

Бивуачное снаряжение



- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Рюкзак | 5. Сидушка |
| 2. Накидка на рюкзак от дождя | 6. Палатка |
| 3. Спальный мешок | 7. КЛМН (кружка, ложка, миска, нож) |
| 4. Коврик (пенка) | 8. Налобный фонарик |

Важные мелочи



- | | |
|--------------------------|--|
| 1. Солнцезащитные очки | 8. Фляга для воды |
| 2. Спички | 9. Средство от насекомых |
| 3. Мобильный телефон | 10. Гермомешок под ценные вещи |
| 4. ТБ (туалетная бумага) | 11. Средства личной гигиены (мыльно-рыльное) |
| 5. Личная аптечка | 12. Трекинговые палки |
| 6. Документы | |
| 7. Солнцезащитный крем | |

Одежда



Групповое

- ▣ Палатки
- ▣ Котлы
- ▣ Набор завхоза
- ▣ Ремнабор
- ▣ Аптека

- ▣ GPS-навигатор
- ▣ Запасной комплект батареек
- ▣ Компас
- ▣ Картматериал
- ▣ Фотоаппарат
- ▣ Гитара
- ▣

- ▣ Пила
- ▣ Топор
- ▣ Тросик костровой
- ▣ Розжиг

ИЛИ

- ▣ Горелки
- ▣ Ветрозащита
- ▣ Топливо (газ, бензин)

Приложение

КАК ВЫБРАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ РАЗМЕР ОБУВИ



СОВЕТЫ
QUECHUA

Примечание: изображения до 11/07/2014



Обувь незашнурована:
Продвиньте ногу в
обуви так, чтобы пальцы
ноги касались носка.
Если со стороны пятки
остается зазор в ширину
указательного пальца
-размер выбран правильно!



Обувь зашнурована:
Зазора между ногой и
задником обуви нет. Пальцы
ноги не соприкасаются с
носком обуви.



Наденьте обувь и не
завязывайте шнурки.

1



Встаньте и продвиньте ногу
вперед так, чтобы пальцы
ноги касались
носка обуви.

2



Если со стороны пятки
остается зазор в ширину
указательного пальца
-размер выбран правильно!

3



Сделайте несколько шагов и
убедитесь, что Вам
ничего не жмет и
не натирает.

4



DECATHLON S.A. - 4 bd de Mons, 59650 Villeneuve d'Ascq (Франция) - Уставной капитал 10 000 000 Евро - Реестр рег. коммерсантов Рубо-Туркуэн 306 136 900 - Документы и фотографии не являются договорным обязательством. Если купленный товар Вам не подошел, Вы можете вернуть его в магазин в течение 15 дней со дня покупки, предъявив кассовый чек. Товар будет бесплатно отремонтирован или заменен. Данное гарантийное условие дополняет официальную гарантию от скрытых дефектов. Цены действительны только в России.

Приложение

Вещи, которые требуется быстро доставать во время передвижения в походе. Например, кружка, фляга, куртка.

Под ними в хрупкие вещи и крошащиеся продукты. Например, печенье.

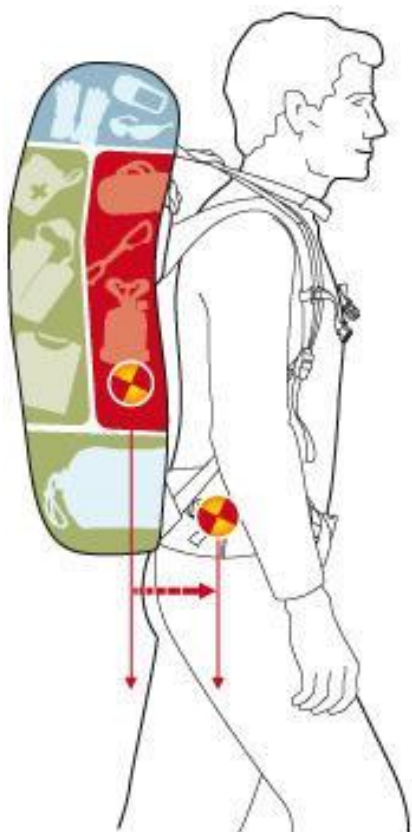
Палатка вертикально, по бокам крупы, под ними консервы.

Легкие вещи. Несжатая одежда, под ней аптечка и косметичка.

Спальный мешок.



Приложение



Приложение

КАК ВЫБРАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ РАЗМЕР ОБУВИ



СОВЕТЫ
QUECHUA

Проект не одобрен до 11/07/2014



Обувь незашнурована:
Продвиньте ногу в
обуви так, чтобы пальцы
ноги касались носка.
Если со стороны пятки
остается зазор в ширину
указательного пальца
-размер выбран правильно!



Обувь зашнурована:
Зазора между ногой и
задником обуви нет. Пальцы
ноги не соприкасаются с
носком обуви.



Наденьте обувь и не
завязывайте шнурки.

1



Встаньте и продвиньте ногу
вперед так, чтобы пальцы
ноги касались
носка обуви.

2



Если со стороны пятки
остается зазор в ширину
указательного пальца
-размер выбран правильно!

3



Сделайте несколько шагов и
убедитесь, что Вам
ничего не жмет и
не натирает.

4



DECATHLON S.A. - 4 bd de Mons, 59650 Villeneuve d'Ascq (Франция) - Уставной капитал 10 000 000 Евро - Реестр рег. коммерсантов Рубо-Туркуэн 306 136 900 - Документы и фотографии не являются договорным обязательством. Если купленный товар Вам не подошел, Вы можете вернуть его в магазин в течение 15 дней со дня покупки, предъявив кассовый чек. Товар будет бесплатно отремонтирован или заменен. Данное гарантийное условие дополняет официальную гарантию от скрытых дефектов. Цены действительны только в России.