

# Снаряжение

Общетуристическое

*Покупал в Экстриме, за 300 баксов...*

# Снаряжение

	Личное	Общественное
Общетуристическое	<ul style="list-style-type: none"><li>• Одежда</li><li>• Рюкзак</li><li>• Спальное*</li><li>• Посуда</li><li>• ...</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Домик</li><li>• Кухня</li><li>• Аптечка</li><li>• Ремнабор</li><li>• ...</li></ul>
Специальное	<ul style="list-style-type: none"><li>• Система</li><li>• Железо личное</li><li>• Ледоруб</li><li>• Каска</li><li>• Кошки</li><li>• ...</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Веревки</li><li>• Скальное</li><li>• Снежное</li><li>• ...</li></ul>

# Про что сегодня

- Одежда и обувь
  - Рюкзаки и гермы
  - Спальные принадлежности
  - Посуда
  - Треккинговые палки
  - Прочее
- 
- Где купить

Одежда

# Одежда.

## Общее

- **Функции**
  - Сохранение температуры
  - Защита от повреждений
  - Защита от УФ

- **Требования**

# Одежда.

## 3 слоя

- Термобелье
  - Отводит влагу
  - Плотно облегает
  - Не греет

• у



# Одежда. Термобелье

- Тонкое, легкое
- Облегает тело, плоский шов
- Длинный рукав



# Одежда. Утепление

- Варианты (универсальнее->специфичнее)
  - Флис
  - Синтетика: Primaloft/....
  - Пух, если знаете, зачем
- Влезает под внешний слой



Неплохая альтернатива  
флису. 10т.р.->



# Одежда.

## Защитный слой

- Ветрозащита
  - Легкая



- Влагозащита
  - ✓ Налезает на каску
  - ✓ Вокруг лица есть затяжка (не резинка, а шнурок)
  - Плохо
    - ✓ Карманы доступны в системе
    - Рыбачий плащ

# Одежда.

## Ноги

- Термобелье

- Отводящее



- Ходовые штаны

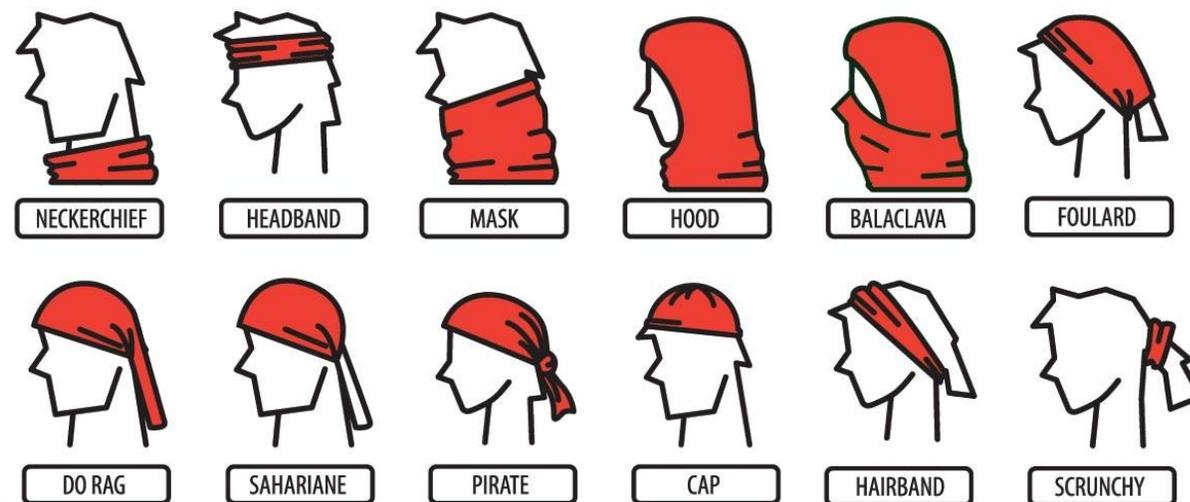
- Максимально незаметный ремень
- Быстро сохнут
- Тонкие



# Одежда.

## Шапка

- Удобно носить под каской
- Не Windblock (плохо слышно)
- Лучше синтетика
- Закрытые уши



# Одежда. Руки

- Для тепла
  - Тонкий флис
  - Горнолыжные теплые
  - .....
- Для веревки
  - Не жалко (убиваются стремительно)
  - Рабочие Х\Б
  - НЕ флис
  - «Садовые с липучкой» из Леруа



# Одежда.

## Носки

- Синтетика
- Плотные, но не супер-теплые
- Высокие
- <700 р/пара
- Усиление зон, асимметрия - хорошо
- НЕ неопрен



*Эти встречаются так часто, что пора подписывать свои*

# Одежда.

## 4 слой

- Серьезное утепление
  - Верх
    - Капюшон налезает на каску
    - Хвост\*
    - «хобот» у капюшона
  - Низ
    - Самосбросы
    - Усиление коленей и внутренней стороны низа штанин
- Пух\Синтетика:
  - Пух легче и теплее
  - Синтетика умеет сохнуть
  - Синтетика не улетает



*Новичкам не обращать внимания, дышать носом  
думать о хорошем.*

# Одежда.

## Если много денег

- Мембранная куртка
- Мембранные штаны-самосбросы
- .....



Обувь

# Обувь

Меньше травм

- Основная
  - Прочная
  - Имеет жесткую подошву
  - Защищает ногу
  - Поддерживает голеностоп
  - Совместима с кошками\*

- Дополнительная

- Легкая
- Не спадает в реке

# Обувь.

## Виды

- Дешевый трекинговый ботинок
- ~5000р
- 1-2 сезона
- Удобно в городе



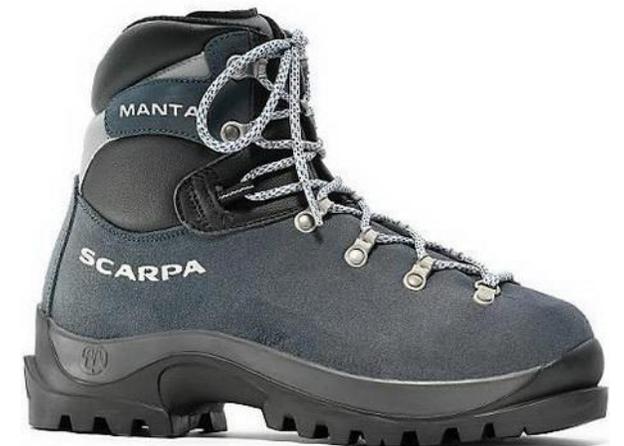
**Quechua** ИТ В ОДУ

- Удобно в городе

• Хо|

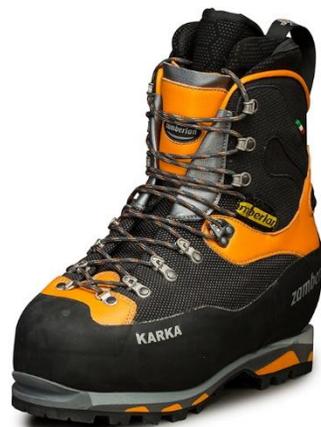


ИНОК



# Обувь. Для хардкора

- Двуслойный ботинок



© sport-marafon.ru

*Большие высоты/Зимние горы/Особенности тушки/Приманивать самок... Для 90% всех походов - не оптимально.*

# Обувь. Покупка

- Взять в магазин
  - Ходовые носки
  - Кошки
  - Руководителя\*
- В магазине
  - Личное удобство
  - Плотно шнуровать
  - Пальцы не должны касаться носка
  - Зашнуровали -> походили -> нагрузили «на спуск
  - Конструкция
    - Минимум швов
    - Кожа лучше ткани
    - Мембрана не критична (умрет через 2 года)
    - Перепонка между язычком и верхом
    - Обрезинка – плюс



# Обувь.

## Дополнительная

- Зачем?
  - Отдых ногам
  - Броды
  - Если основная исчезнет, надо дойти
- Что взять?
  - Сандалии
  - Самые легкие кроссовки
  - НЕ шлепки







*Тогда, я, к сожалению, ещё не был знаком с Лёшей Косяковым из Калуги, и не знал, что можно было просто разрезать каремат, обложить пенкой ноги, надеть поверх сланец и примотав к ногам кошки сходить на Корженеву.*

# Обувь. Аксессуары

## • Гамашы

- Сохраняют штаны в целости
- Защищают от камней/песка/снега



***Бахилы не берем!***

# Рюкзаки и гермы

# Рюкзак

- Переносит вес на пояс
- Хорошо сидит
- Весит до 3 кг



# Рюкзак.

## Как подобрать

- Достаточный объем
  - Ж:60-85л
  - М:80-120
- Посадка по фигуре
  - Лямки ложатся на ключичную впадину
  - Пояс лежит на косточках таза
- Ништяки
  - Пояс-полиспаст
  - Длинные боковые ремни (под пенку)
  - Много грузовых ручек
  - Карманы на поясе
  - Регулировки с запасом
    - Точка крепления лямок
    - Поясные
    - Противооткиды
  - Съёмный клапан
  - «Вкусовщина»
    - Фронтальный доступ
    - Объемные боковые карманы



palatking.ru

- ✓ В магазине
  - ✓ Набить палатками
  - ✓ Отрегулировать: пояс->лямки->противооткиды
  - ✓ Походить 10 минут

# Рюкзак.

## Модели



**Nova-Tour Витим**  
**Объем: 80-100л**

**Вес: 1,3кг**  
**Цена: ~3500**



**Баск Шивлинг 90**  
**Объем: 90л**

**Вес: 2,5кг**  
**Цена: ~10000**



**Баск Лайт 75**  
**Объем: 75л**

**Вес: 1,3кг**  
**Цена: ~10000**

# Рюкзак.

## Модели



Сплав Bastion 90

**Объем: 90л**

**Вес: 2кг**

**Цена: 5600**



Сплав Saiber 90

**Объем: 90л**

**Вес: 3,1кг**

**Цена: ~8100**



Сплав Frontier 85

**Объем: 85л**

**Вес: 2,2кг**

**Цена: 5600**

# Рюкзак.

## Модели



REDFOX LIGHT 80-100 V3

**Объем: 80-100л**

**Вес: 2кг**

**Цена: ~5000**



REDFOX SUMMIT

70 V2

**Объем: 70л**

**Вес: 2кг**

**Цена: ~8600**

# Рюкзак.

## Производители

- Splav
  - Большой литр
  - Бывают некачественные швы
- Tatonka
  - Еще один любитель побольше
  - Все ок, кроме веса некоторых
- Bask
  - Очень нежная тряпка
- Redfox
- Deuter
- Nova-tour
- Этот ваш Osprey
  - Много наворотов
  - Дорого



# Защита от сырости

- Накидка на рюкзак
  - Защищает от дождя сам рюкзак
  - Не работает при падении в реку
  - В некотором смысле – расходник
  - Надо примерять
- Гермомешки
  - Лучшая герметизация
  - Может быть емкостью для воды
  - Удобная подушка
- Пакеты, много пакетов
  - Дешевые
  - Нужен запас
  - Лучше 60л



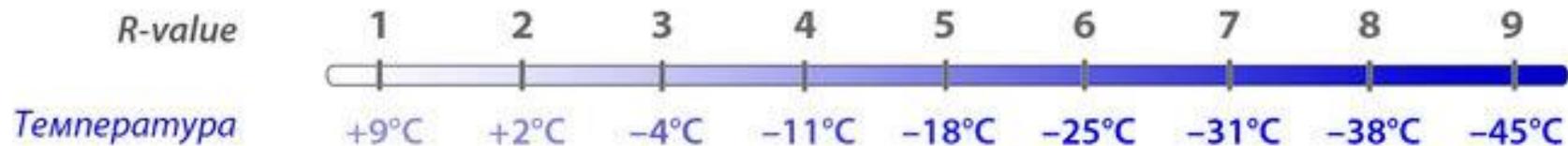
# Спальные принадлежности

# Спальные принадлежности.

## Коврик



- Ижевка
- R-value(8mm)~1.1
- Габаритный
- Универсальный
  - Не жалко
- 500р, 400-650 г



# Спальные принадлежности.

## Спальник

- Общие правила
  - Кокон теплее одеяла
  - Пух теплее синтетики
  - Синтетика не так боится воды
  - В спарке-тройке-могилке - теплее
  - Бывают правые и левые
- Температуры
  - Верхняя Ткомфорта
    - Средняя Ж спит в расслабленной позе 8 часов
  - Нижняя Ткомфорта
    - Средний М может проспать 8 часов, не просыпаясь от холода
  - Тэкстрима
    - Средний М может провести 6 часов без серьезного вреда здоровью
- Для похода
  - Тк.ниж. < 0 С < Тк.верхн.
  - <2200 г для роста 175 см



# Треккинговые палки

# Трекинговые палки

## Зачем?

- Устойчивость->экономия сил->безопасность
- Страховка на траверсе
- ПСР
  - Шина
  - Носилки
- Вместо колышков палатки
- Сушить шмотки, истязать ближнего своего, помешивать пюре....



# Треккинговые палки

- Запомни, юный падаван
  - По росту, удобно держать в перчатках
  - Не лыжные (старые металлические можно)
  - 3 колена вместо двух (удобно возить)
  - Эксцентрик а не анкер. Надежно, ремонтпригодно.
  - Снежные кольца – пригождаются
  - Чем толще, тем лучше.

Винтовой фиксатор  
(Twist Lock)



Рычажный фиксатор  
(Lever Lock)



Hint: если есть резьба для колец, не оставляйте ее «голой». Убитая о камни пластиковая резьба принесет много страданий, когда понадобится прикрутить снежное кольцо.

Посуда

# Посуда

- Кружка
  - Однослойная металлическая
  - 200-900 мл
- Дожка
  - Металл надежнее
  - Пластик легче
- Миска
  - Глубокая
  - Прочная
- Нож
  - Фиксированное лезвие
  - Максимально непохожий на ХО
  - 2-3 на группу



Прочее

# Прочее.

## Защита глаз от УФ

- Очки сварщика
  - 300р
  - Потеют
  - Плохой обзор
- Горнолыжная маска
  - Габаритная
- Горные очки
  - Класс защиты от УФ – 3-4. (Пр. видимого диапазона)
  - (!)Защита от боковой засветки



*Почему нельзя дешевые городские*

- Нет боковой защиты
- Пропускают УФ прямо в расширившийся зрачок

# Прочее.

## Коррекция зрения



Горнолыжные очки  
поверх обычных очков  
+ *продолжаете носить  
привычные очки*  
- *сильно запотевают*



Диоптрическая  
вставка



Контактные линзы  
+ *не запотевают*  
+ *нет искажений*  
- *гигиена*  
- *нельзя замораживать*

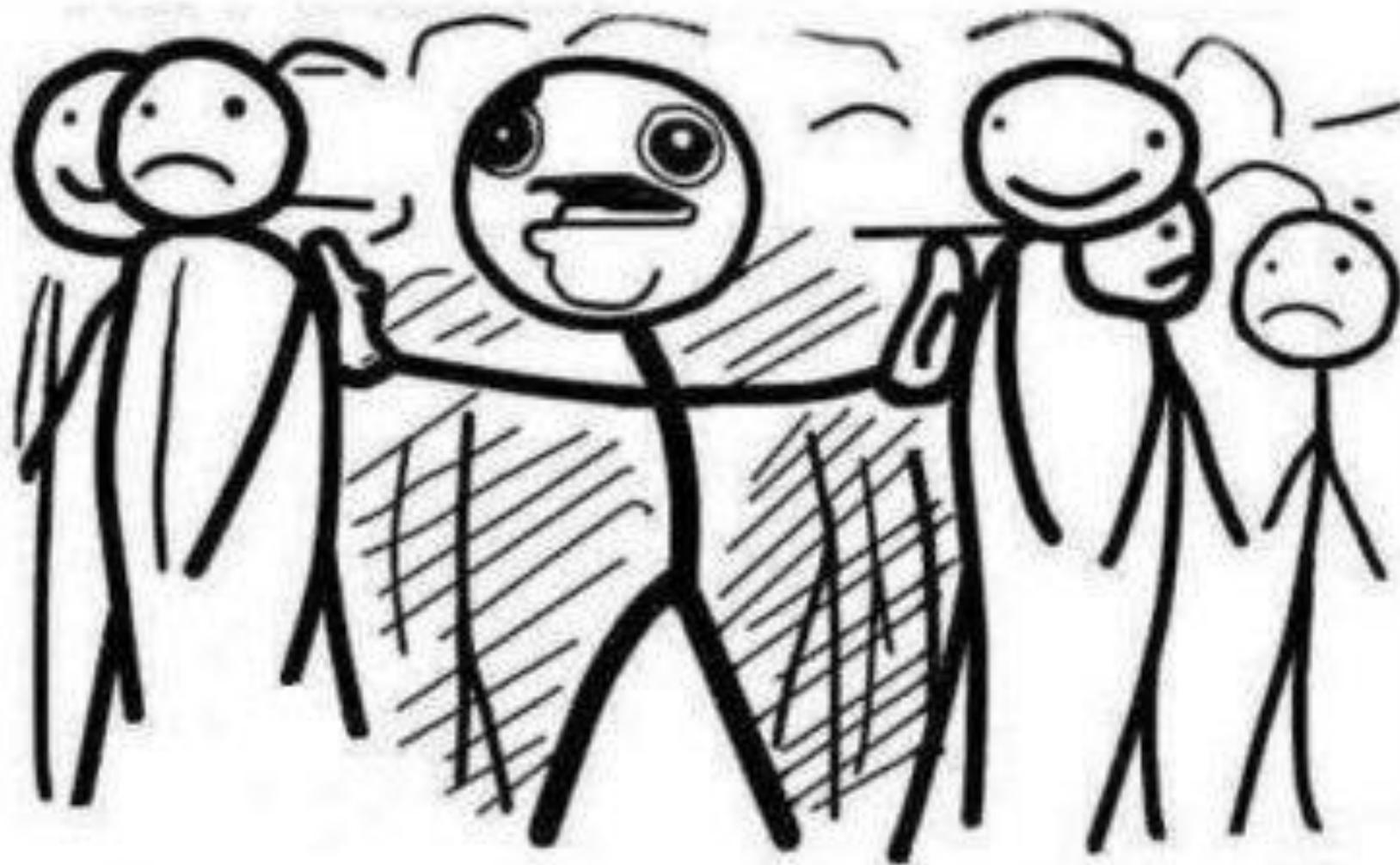
# Прочее



- Фонарик
  - Налобный
  - +запасные батарейки
- Часы
  - Электронные
  - Дешевые
- Личная аптечка
  - Под рукой.
  - Стерильный бинт, рулонный пластырь, таблетка обезболивающего, помада, крем от солнца, «любимое» лекарство
- Зажигалка и спички
  - Герметичная упаковка



Где покупать?



# Где покупать?

- Скидки

- Венто 15% по списку
- Кант 20% по студенческому
- Альпиндустрия от 5%
- Штурм (bigwall.ru) 20% по списку
- День сурка 20% по карте
- Ледниковый период 10% - сказать, что из ГС
- Спортмарафон 20% по карте
- Новатур и палаток.ру 20% по списку
- Турин 15% по карте или по разрядной книжке

- Барахолки

- mountain.ru/baraholka
- [https://vk.com/baraholka\\_turist](https://vk.com/baraholka_turist)
- <https://vk.com/alpharaholka>

# Где покупать?



BigWall.ru



Спасибо!

Хорошей погоды!