

Особенности зимнего туризма.

- **Снаряжение**
- **Планирование маршрута**
- **Организация движения**
- **Лагерь**
- **Ремнабор**
- **Питание**

Одежда.



+



+



+





+



+





Обувь.



Бахилы



Чуни



Лыжный комплект.



Классические лыжи.

Основные требования:

- Скользяк – пластик.
- Насечка (под грузовой площадкой).
- Длина лыж на 10-20 см выше роста.
- Жесткость лыж, соответствующая весу.
- Механические крепления.
- Лыжные палки из алюминия.

Туристские лыжи.

- Скользяк – пластик.
- Наличие насечки – обязательно (возможно использование камуса).
- Длина лыж – на 10 см выше роста.
- Жесткость, соответствующая весу лыжника с рюкзаком.
- Ширина в талии (под грузовой площадкой) от 60 мм.
- Наличие металлического канта.
- Тросиковые крепления.



Спальник. На что обращаем внимание.

- Температура комфорта, а НЕ экстрима.
- Вес самого спальника.
- Вес и характеристики утеплителя.
- Конструкция – только кокон.
- Длина спальника (запас 20 см).
- Дата производства.
- Можно использовать связку из двух спальников.

■ Комфорт: -21... -28° C

Утеплитель: Высококачественный серый гусиный пух



Размеры: 220×85×55 см (рост до 190 см)

Полный вес: 2,04 кг

Размеры в упакованном виде: Ø25×48/35 см

Вес утеплителя: 1348 г



Спальный мешок пуховый Adventure Extreme

Артикул: 4503460

Теплый зимний спальный мешок.

Цена: ~~20 400 руб~~

22700

♥ В избранное



Спальный мешок пуховый Adventure Extreme синий



Размер: **205**

205

Заказать в интернет-магазине

✓ На складе интернет-магазина: 11

🛒 Купить

Наличие в г. Москва [Изменить](#)

🟢 много Москва м. Новогиреево



Спальник Mountain Equipment Glacier Expedition Regular Imperial Red

54 100 ₹

[Сообщить о снижении цены](#)

[Нашли дешевле?](#)

Код товара ME-003513

Цвет



Вес (кг) _____ 1.95

Вид утеплителя _____ Пух

Нижняя температура
комфорта _____ -35



Ателье туриста.

Туризм



Пуховый спальный мешок
Кокон.

~~16500~~ **17000** **₽**

Написать продавцу



5



Сохранить в закладках

Ещё ▾

Пуховый спальник - кокон.

Базовая модель

На температуру комфорта -6...-9.

Вес от 800 до 1050 грамм. Зависит от применяемых материалов. На средний рост и размер 48-52.

СПАЛЬНИК-КОКОН TRAMP OIMYAKON T-LOFT REGULAR (-30°C)



Модель: Tramp Oimyakon T-Loft Regular

Артикул: TRS-048R

Бренд: Tramp

Гарантия: 12 месяцев

Наличие: Есть в наличии

5700 руб.

Бонусные баллы: 171

Узнать ЛУЧШУЮ цену, скидки и рассчитать стоимость доставки можно на странице оформления заказа!

У нас Вы приобретаете ТОЛЬКО ОРИГИНАЛЬНЫЕ товары Tramp с ГАРАНТИЕЙ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!

Доступные варианты:

Вес, г 1900

Нижняя температура комфорта, °C -15

Верхняя температура комфорта, °C -10



Спальник

Trestles 0 Long



Нет отзывов

[Добавить отзыв](#)



~~16 490~~ руб. **\$147**

Цена в магазинах: 16 490 руб.

Карточка № 5143

Артикул: 21310-9512-RZ



Рассказать друзьям



ВЫБРАНО: Правая застёжка

| Цвет | Цена в интернете | Цена в магазинах |
|------|------------------|------------------|
| | 16 490 руб. | 16 490 руб. |

Цвет

Malaia Gold/Flint

Особенности

Правая застёжка

[Проверить наличие](#)

Количество

[Добавить в корзину](#)

Вес, кг:

• 2.49

Утеплитель:

• Синтетический утеплитель SpiraFil™ 120

t комфорта, °C:

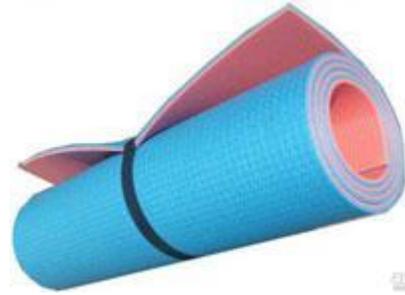
• -11

t предела комфорта, °C:

• -19

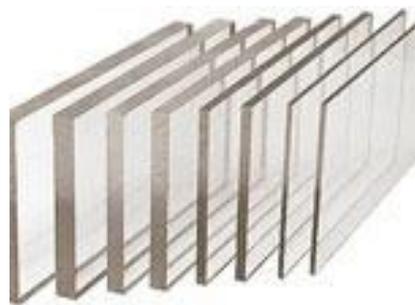


+





сухой спирт
тампон



оргстекло



свечка



ватный



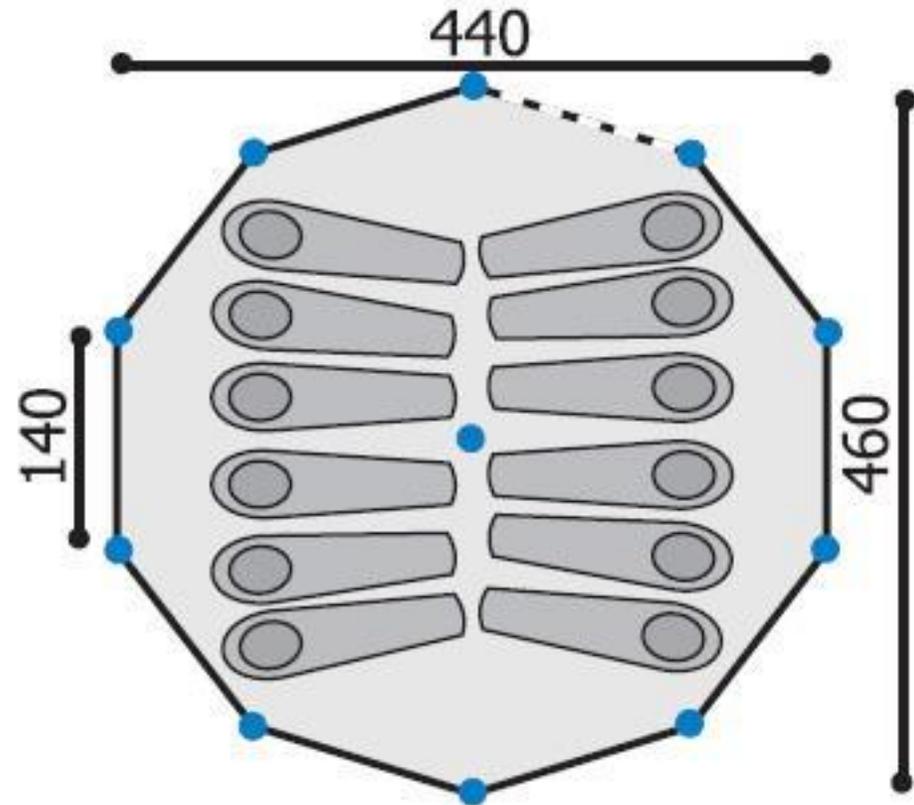


Общественное снаряжение.



Палатка-шатер «Зима».

- Вес: 7 кг + печка 4-5 кг.
- Кол-во участников: 6-12 чел.
- Устанавливается на лыжи и лыжные палки.
- Шатер – неделимая конструкция, транспортируется одним участником.
- Время на возведение шатра с печкой – от 30 минут.



Ночевка под тентом.

- Вес – 1-1,5 кг на 10-15 человек.
- Свежий воздух.
- Только в минусовые температуры, когда нет насекомых.
- Время на установку – 10-15 минут.
- Может отапливаться костром-нодьею.





Обычная палатка.

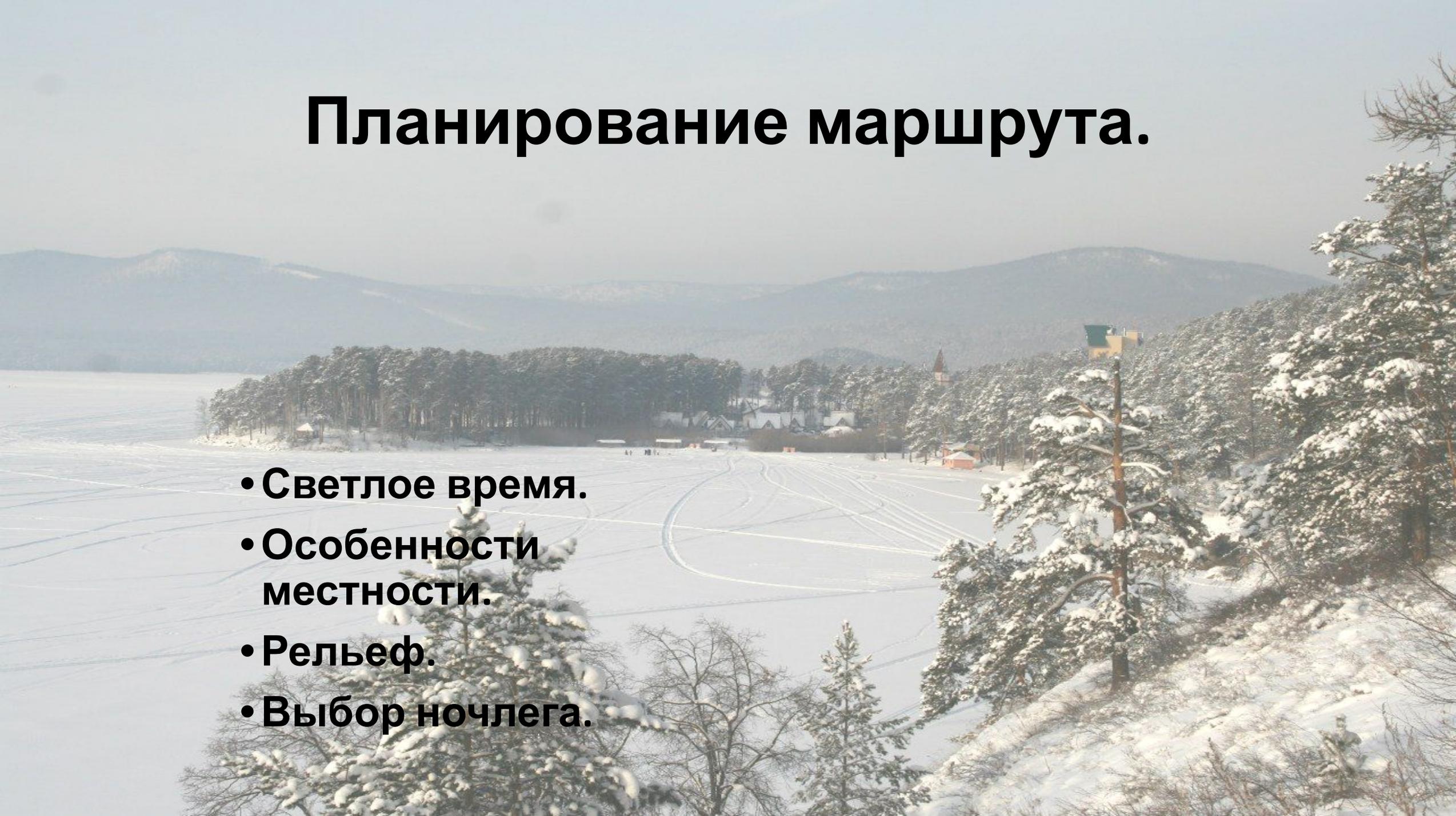
- Средний вес 1,5 кг на человека.
- Температура на пару градусов выше уличной.
- Установка – 5-10 минут.





Планирование маршрута.

- **Светлое время.**
- **Особенности местности.**
- **Рельеф.**
- **Выбор ночлега.**



Светлое время.

Трудности:

- Большинство травм, аварий и ЧП происходит после 17-00, когда у участников начинает сказываться накопленная усталость и теряется концентрация.
- В темноте сложнее ориентироваться.
- В темноте сложнее найти сухие дрова.

Решение:

- Ранние подъемы (при условии раннего отбоя).
- Перекусы вместо обедов (30 минут вместо 1,5-2 часов).

Особенности местности.

- Движение по лыжне.
- Подготовленные дороги (утрамбованные, оживленные, буранки).
- Участки, проходящие через лес без троп и дорог, вырубки.
- Водоемы.

Способы изучения:

- Спутниковые снимки.
- Отчеты.
- Разведка.



Рельеф.

- Строить маршрут с генеральным уклоном «под горку».
- Изучить резкое изменение рельефа (овраги, вершины).



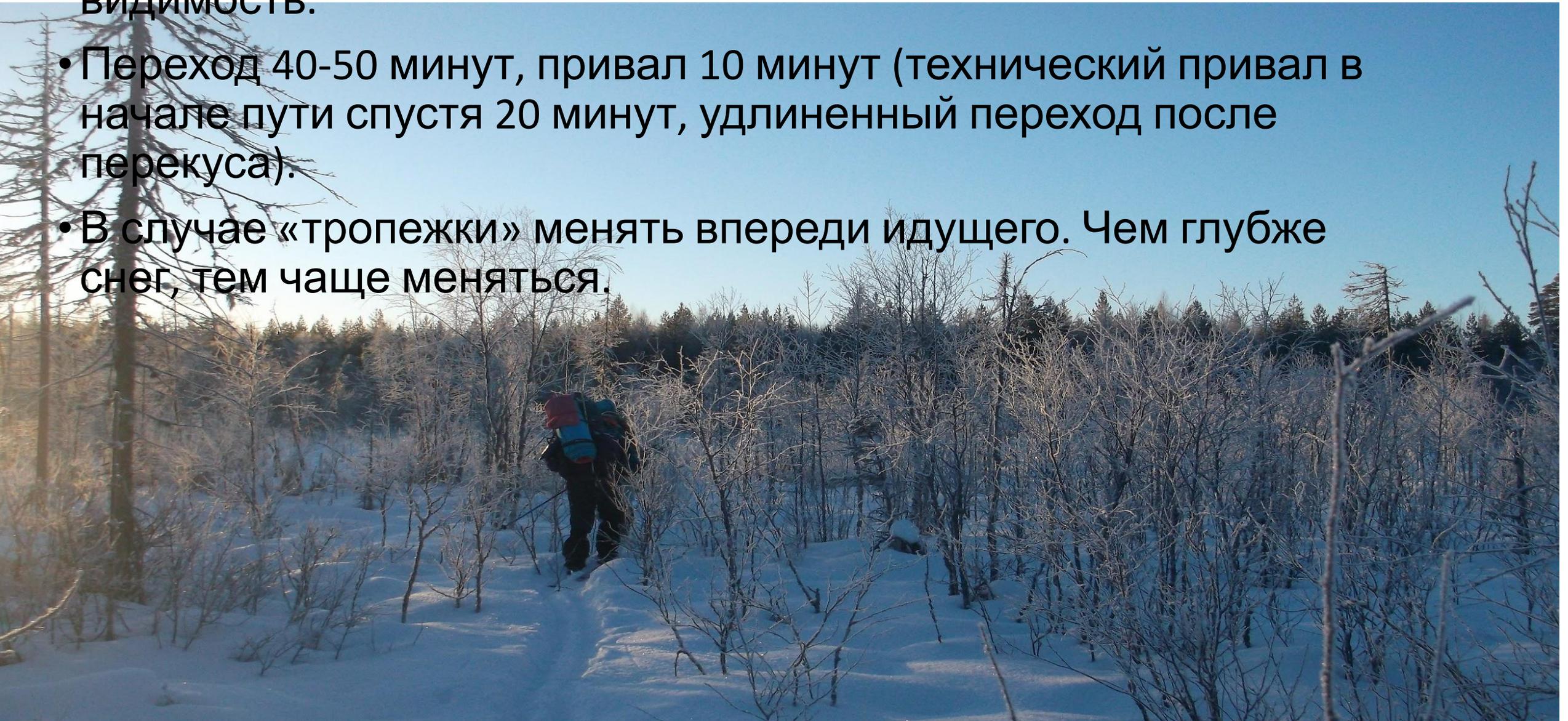
Выбор ночлега.

- Ночевка в приюте, домике, гостинице – бронировать заранее.
- Холодная ночевка:
 - порода дерева – сосна, ель
 - избегать близости населенных пунктов, дорог и звериных троп.



Организация движения.

- Обсудить с группой общий средний темп.
- Обсудить с группой возможный отрыв – визуальная видимость.
- Переход 40-50 минут, привал 10 минут (технический привал в начале пути спустя 20 минут, удлиненный привал после перекуса).
- В случае «тропежки» менять впереди идущего. Чем глубже снег, тем чаще меняться.



Движение в темное время суток.

- Налобные фонари.
- Снижение темпа движения и разрыва между участниками.
- Определение и назначение впереди идущего и замыкающего.
- Выберите правильную позицию для себя.

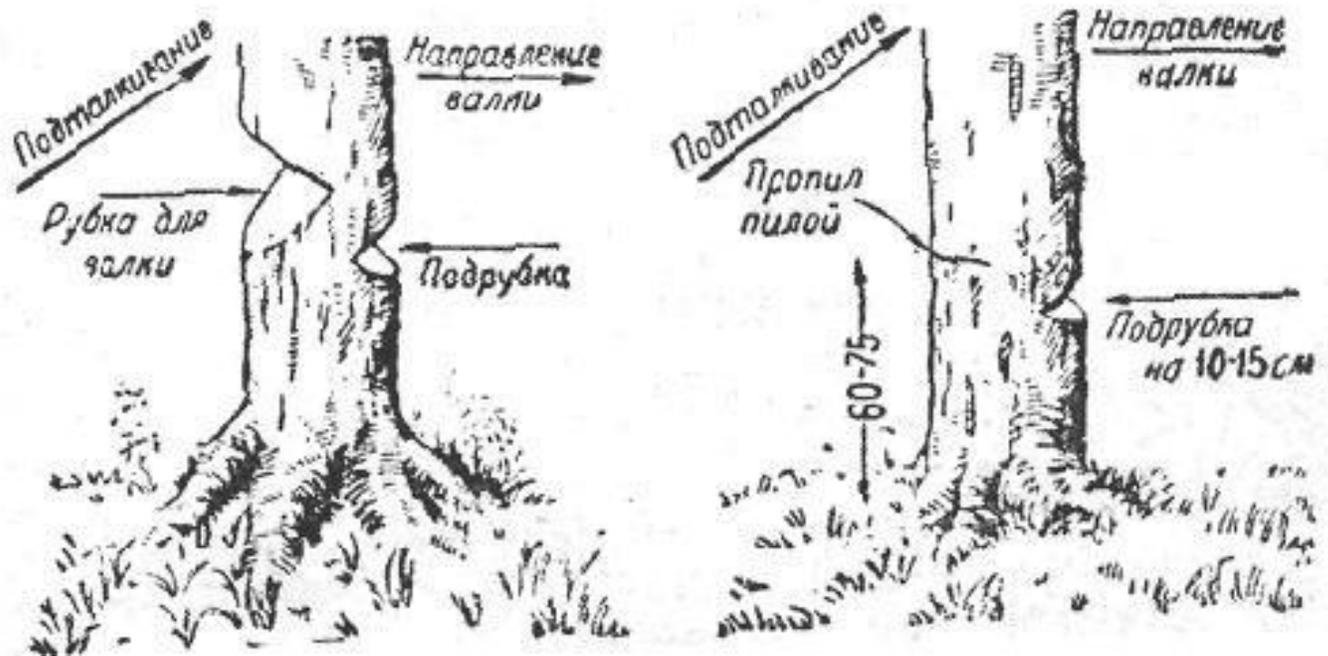
A photograph of a winter forest scene. The ground is covered in a thick layer of snow. Numerous bare tree branches are heavily laden with snow, creating a dense, white canopy. The background shows more trees, some with dark green foliage, partially obscured by the snow. The overall atmosphere is quiet and serene.

Постановка лагеря.

- Если лагерь ставится засветло, в первую очередь необходимо обозначить сушины.
- Утрамбовать место под палатку, находясь еще в лыжах.
- Распределить обязанности и поименно озвучить их.
- Попросить достать необходимое групповое снаряжение и еду.
- Сразу дать задание подготовить дрова для топки печи. Ломается ветка чуть меньше длины печи, как шаблон. Дерево пилится на поленья нужной длины, которые затем нужно расколоть.

Дрова.

- Сухие дрова только внутри сухой стоящей сосны или ели. Необходимо свалить ее с помощью подпиллов и распилить на транспортировочные части, которые оттаскиваются к костру, где уже идет заготовка дров.



Разведение костра.

- Сухое полено колется на мелкие лучины. Чем меньше лучины, тем быстрее они «схватятся».
- Место под костер раскапывается лопатой, либо кладется настил, что бы не разводить костер на снегу.
- Поджигается и кладется сухое горючее. Тут же вокруг него выкладываются лучины в виде «шалаша» или «колодца».
- Как только образуется пламя, подкладываются лучины покрупнее, затем еще крупнее. Колотые дрова в любом случае быстрее схватываются и лучше горят, поэтому поленья стоит поколоть хотя бы пополам.
- Для экономии времени вскипятить воду или локально временно погреться можно и на костре из хвороста.
- Как только приготовление ужина плавно переходит в вечерние посиделки, в костер можно положить несколько крупных бревен друг на друга в виде ноги. Будет тепло, светло и долго.

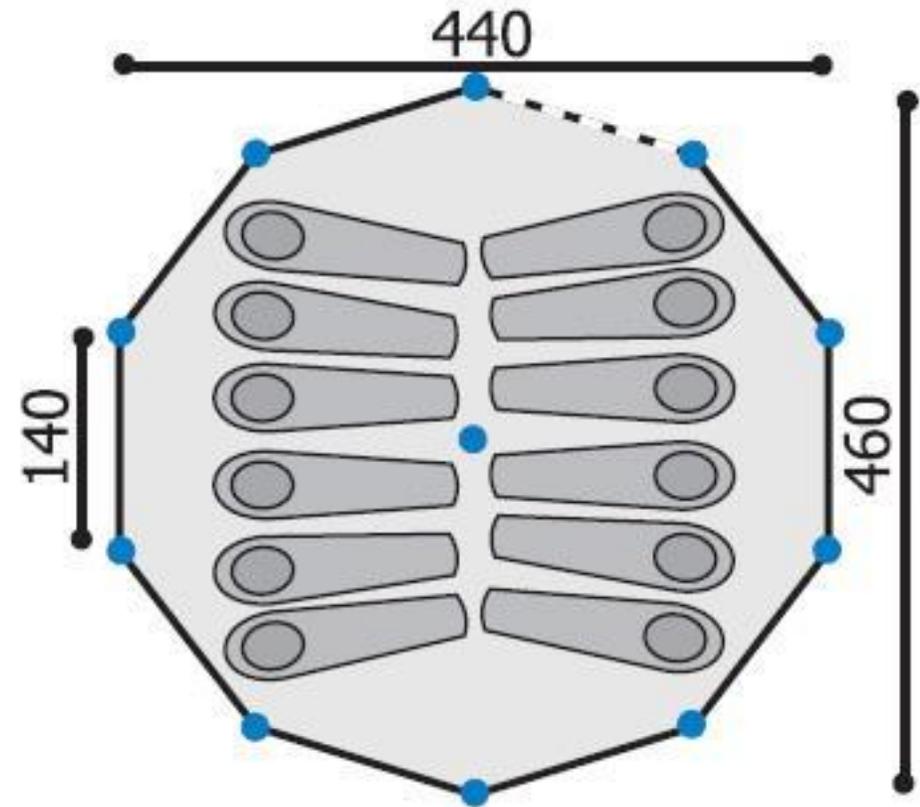






Организация сна в шатре с печкой.

- Что бы ночью не поддувало, вдоль граней спальной зоны внутри шатра кладутся рюкзаки участников.
- Вся спальная зона застилается ковриками участников. Коврики должны быть внахлест минимум на треть ширины ковра.
- Если участников мало, спальная зона по краям ограничивается рюкзаками для того, что бы ночью никто не раскатывался.
- Чем плотнее спят участники, тем им теплее. Поэтому в зависимости от температуры на улице выделяется 30, 40 или 50 см на участника.
- Возле печи складываются дрова и организовывается сидячее место дежурного.
- Дежурят обычно по часу. Отдежурил, разбудил следующего, а сам лег спать.
- Оставлять горящую печь без присмотра чревато обидной смертью от угарного газа.





Организация сна под тентом.

- Между деревьями растягивается тент. Конструкция подбирается под конкретные условия и численность группы.
- В идеале на снег стелется что-то вроде полиэтилена или спасодеяла.
- Коврики участников укладываются в ряд вдоль тента внахлест, как минимум на треть ширины ковра.
- По краям укладываются два бревна, которые служат ограничителями. В случае уклона такие же ограничители можно положить и в ноги.
- При необходимости возле тента разводится костер – нодья. В таком случае стоит подумать о летящих с него искрах на спальные.

- И в случае ночевки в шатре, и в случае сна под тентом участников желательно укладывать, учитывая половой признак, чередуя мужчину с девушкой. Это работает.
- Расстояние, выделяемое на одного участника, варьируется в зависимости от температурных показателей, вплоть до 30 см.

Рациональное использование спальника.

- Ложиться в спальник желательно в минимальном количестве одежды.
- Спать необходимо обязательно с шапкой на голове.
- Не игнорировать затяжки и подкладку на спальнике, создавая свой микроклимат внутри.
- Сухие вещи кладутся в спальник в ноги, мокрые вещи в идеале надеть на себя. Что бы ботинки на утро были теплые, можно положить их в пакет и так же убрать в ноги внутри спальника.

Топка снега.

- Каны набиваются плотно снегом и вешаются над костром.
- Дабы избежать «сухого» перегрева стали и швов за канами необходимо следить и проталкивать снег ко дну по мере таяния, пока не образуется вода.
- Как только в кане образовалось достаточно воды, что бы покрывать полностью все дно, больше за канами можно не следить и только подкидывать постоянно снег.
- Что бы получить полный кан воды, потребуется снега примерно в 5 раз больше по объему.
- Как только снег полностью превратился в воду, лучше прикрыть каны крышкой.





Ремнабор.

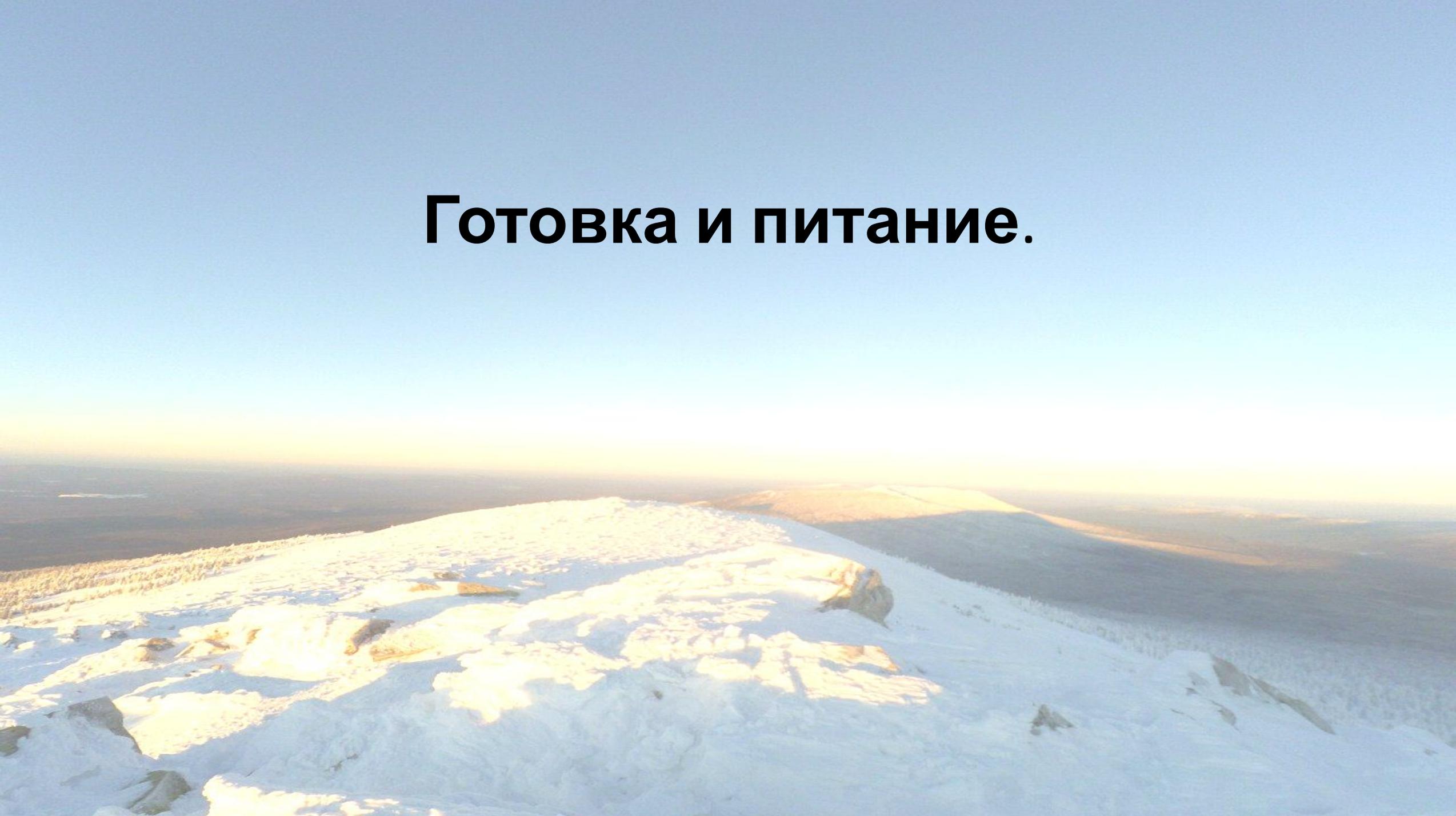




- Отвертка.
- Саморезы «клоп»
- Пластиковые стяжки
- Скотч (лучше армированный).
- Свечка/парафин (в случае легкого подлипа).
- Стропа.



Готовка и питание.





- Экономия светлого времени: вместо горячих обедов перекусы (чай в термосы с завтрака), быстрозавариваемые крупы.
- Замерзание некоторых продуктов.
- Дополнительные жиры для организма: сало на ужин.