



# Снаряжение для походов начальной категории сложности

Часть 1. Личное и общественное снаряжение

Критерии: **Снаряжение** • **Функциональность**, **Долговечность**, **Вес**

- **Общественное**
  - (палатка, топор, пила, тент и т.д)
- **Личное**
  - (рюкзак, коврик, ботинки и т.п.)
- По назначению
  - **«идём»**
    - (ходовое)
  - **«едим»**
    - (кухонное)
  - **«спим»**
    - (бивачное)

## 1. Обувь

Ходовая

- Берцы
- Треккинговые ботинки
- Резиновые сапоги

Бивачная

(Мягкая, легкая, закрытая)

- Кеды
- Кроссовки
- Тапочки

- Держат голеностоп
- Имеют жесткую толстую нескользящую подошву
- Минимум швов



- Дешевые трекинговые ботинки (Quechua, Campus, Salomon и пр.)
- Дорогие профессиональные марки (Asolo, Scarpa, Meindl, La Sportiva и т.д.)



## 2. Рюкзак

Критерии: объем,  
наличие/отсутствие рамы,  
удобство лямок и карманов

Девушки – 75-90 л

Юноши – 90-120 л

Рама – жесткая спинка, проще  
упаковывать

Без рамы – легче, удобнее  
обращаться с рюкзаком



AVL



Nova Tour, Deuter,  
Bask, Tatonka



## 3. Спальный мешок

Форма – кокон, одеяло

Материал – пух, синтетика

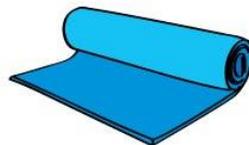
Вес – до трех кг

Температурные зоны



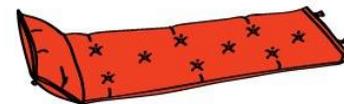
## 4. Коврик

- НЕ обшитый тканью
- НЕ коврик для йоги



«ИЖЕВСКАЯ ПЕНКА»

VS



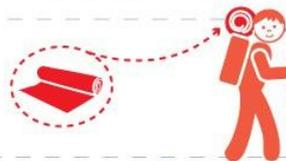
«САМОНАДУВАШКА»



Цена



Комфорт



Объем



Износостойкость



Вес



## 5. Одежда

### Ходовая одежда

- Нательный слой
- Утепляющий слой
- Защитный слой
- Водозащитный слой
- Теплая куртка (пуховик)

### Одежда для сна

## Концепция трех слоев:

- **Базовый** - отвод влаги и сохранение слоя воздуха
- **Греющий** - изотермические свойства
- **Защитный** - не дает ветру выдувать тепло и защищает от осадков

- **Базовый** = футболка с длинным рукавом и штаны из хлопковой или синтетической ткани – *то, что плотно прилегает к коже и обеспечивает микроклимат*
- **Греющий** = различные варианты флиса, теплая куртка, полоска или шапка, перчатки и носки для сна - *лучше иметь несколько тонких вещей, чем одну толстую*
- **Защитный** = куртка и штаны из прочных синтетических материалов или мембраны - *дышащий*



## 6. Носки

- 1) Ходовой комплект = простые х/б или трекинговые (много лучше)
- 2) Шерстяные или флисовые для сна

## 7. Рабочие перчатки

Для работы со спецснаряжением, сбора дров и т.д.

## 8. Головной убор

Для защиты от солнца = кепка, бандана, панама

Шапка для тепла зимой и летом (для сна)

## 9. Гамашы (фонарики)

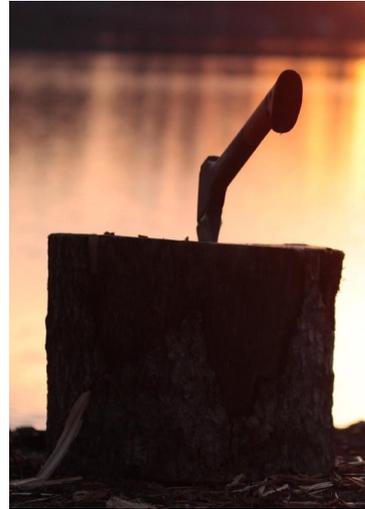


10. Сидушка

11. Фонарь налобный – *обязательно с запасными батарейками!*

12. КЛМН

1. Палатка
2. Котлы (каны)
3. Костровой тросс и крючки
4. Хоз. набор
5. Топор
6. Пила
7. Спички, сухое горючее
8. Горелка с газовыми баллонами
9. Групповая аптечка
10. Ремонтный набор
11. Карты и компас
12. Тент



## Палатка

- 1) Тип
  - а) Кемпинговые
  - б) Треккинговые
  - в) Штурмовая (высокогорная)
- 2) Водостойкость (>3000 мм в. ст.)
- 3) Место и объем
- 4) Вес
- 5) Сезонность
  - а) Летние
  - б) Зимние
  - в) Трехсезонные
- 6) Слои
- 7) Конструкция



## 1) Полусфера



## 2) Полубочка



## 3) Домик



## 4) Шатер

(для в зимних походах)

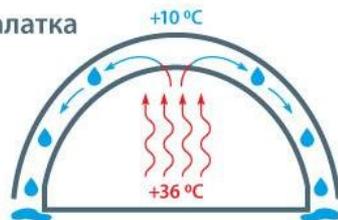


# Палатка

## КАК ВЫБРАТЬ ПАЛАТКУ, ЧТОБЫ НЕ СТРАДАТЬ ОТ КОНДЕНСАТА?



Двуслойная палатка



Однослойная палатка



## СИСТЕМА ВЕНТИЛЯЦИИ

«уши»  
на тенте ❄️ \*



дублирование ткани  
входа сеткой ❄️ \*

возможность свернуть  
снегозащитную юбку ❄️

окна на внутренней  
палатке ❄️ \*

стенки  
внутренней  
палатки из сетки \*

❄️ межсезонные и зимние палатки  
\* летние палатки

## 5 ОШИБОК ПРИ ВЫБОРЕ МЕСТА ДЛЯ УСТАНОВКИ ПАЛАТКИ

- 1** Местность должна быть ровной, так как на корнях, буграх и кочках не выспишься



- 2** Важно ложиться спать ногами вниз, а головой – вверх по склону, иначе есть риск проснуться с опухшим лицом



- 3** Расстояние между костром и палаткой должно быть минимум 3 метра. И постарайтесь, чтобы внутри не проникал дым



- 4** Ставьте палатку на небольшой возвышенности, если пойдет дождь, вода не будет под нее затекать

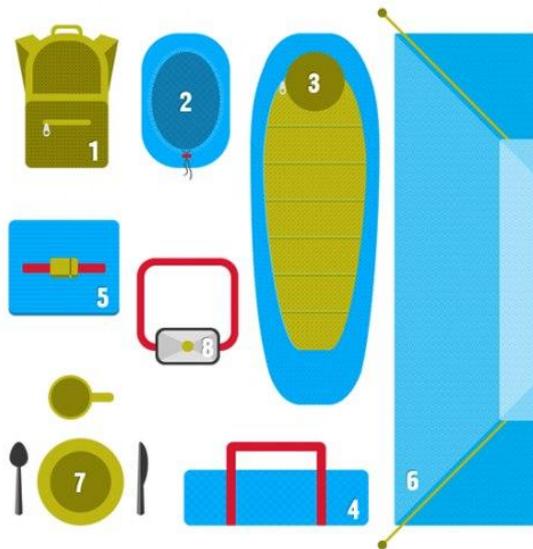


- 5** Устанавливать палатку лучше вдали от воды, вечерами возле нее будет весьма прохладно и сыро



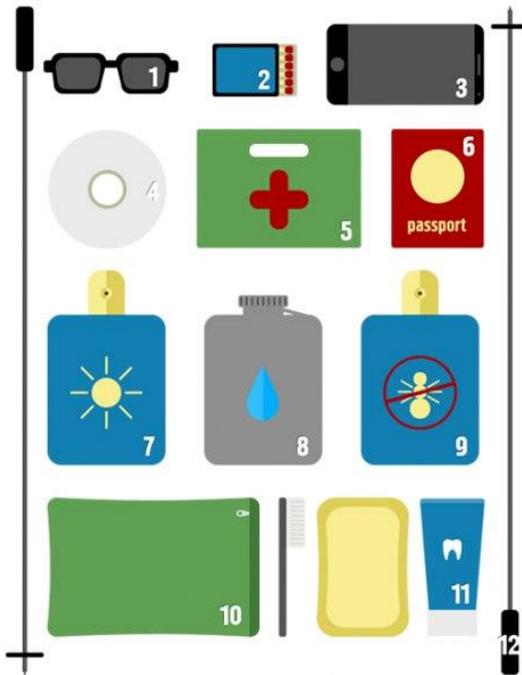
# Что взять в поход

## Бивуачное снаряжение



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

## Важные мелочи



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

## Одежда



- Головной убор
- Ходовая футболка
- Флиски
- Штормовая куртка
- Сменное белье
- Штормовые брюки
- Шорты
- Ходовые брюки
- Термобелье
- Носки
- Сменная обувь
- Ходовая обувь

- Спормастер: посуда, сидушка, коврик, одежда

Надежный | <https://www.sportmaster.ru>

Переводчик Google | Студентам — Образ: | Новости | LMS HSE | АИР Батычко В.Т. Админ: | История государств: | S SNOSKA.INFO он-ла: | АИР Батычко В.Т. Муниц: | Муха

Санкт-Петербург | Проверить баланс Клубной карты | Войти | Зарегистрироваться | Список сравнения: 0 | Помощь

**спортмастер**  
НИ ДНЯ БЕЗ СПОРТА

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ОТ 1 000 р. | 300 БОНУСОВ ЗА САМОВЫВОЗ | Заказ по телефону 24/7 8 812 777-777-1 | Адреса магазинов

КАТАЛОГ ТОВАРОВ | Более 47 000 товаров | КАБИНЕТ | КОРЗИНА 0

**БОНУСЫ! ВЫБОР! ВЫГОДНО!**

При покупке спортивной одежды и обуви от 1000 р.

**2000 БОНУСОВ**



- Декатлон: ботинки, посуда, сидушка, коврик, одежда, гамашы

The screenshot displays the Decathlon website interface. At the top left is the Decathlon logo and the text "БОЛЕЕ 20 000 ТОВАРОВ". Navigation icons include "МОЙ СПИСОК ЖЕЛАНИЙ", "МОЙ ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ", "МОЙ МАГАЗИН", "СВЯЗАТЬСЯ С НАМИ", and "МОЯ КОРЗИНА". A menu bar contains categories: "ВИДЫ СПОРТА", "МУЖЧИНАМ", "ЖЕНЩИНАМ", "АКСЕССУАРЫ", "ДЕТЯМ", "РАСПРОДАЖА", "НАША ЛУЧШАЯ ЦЕНА", "НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ", and "ЮРИДИЧЕСКИМ ЛИЦАМ".

A promotional banner features a video player on the left showing two people with a tent. On the right, two shoe products are highlighted with red price tags:

- A grey and blue sneaker with a price tag of **999 РУБ** (original price 1999 руб -50%).
- A blue and white boat shoe with a price tag of **699 РУБ** (original price 1499 руб -53%).

A yellow button labeled "ПОСМОТРЕТЬ" with a right arrow is positioned below the shoes. On the far right, a partial image shows a child in a red life jacket on a boat.

- Спальник, рюкзак, общественное снаряжение

- <http://www.kant.ru/discounts/>

- Магазины:

- НоваТур <http://www.novatour.ru/>

- Сплав <https://www.splav.ru>

- Снаряжение <http://www.equip.ru/>

- Трамонтана <http://www.tramontana.ru/>

- РэдФокс <http://ru.redfoxoutdoor.com/>

- Кант <http://www.kant.ru/>

На деньги нельзя купить счастье. Но! Можно купить кучу снаряжения и это чертовски приятно!



Аtkritka.com



Узнаете и научитесь пользоваться в октябре ☺

А кто слушал – молодец!



Фото: Карелия 2016