

УКЛАДКА РЮКЗАКА

Бывалые туристы говорят, что удобство рюкзака в большей степени зависит от правильности упаковывания вещей, а не от конструкции самого рюкзака. Даже самый навороченный рюкзак, который неправильно собран, доставит в походе немало хлопот.

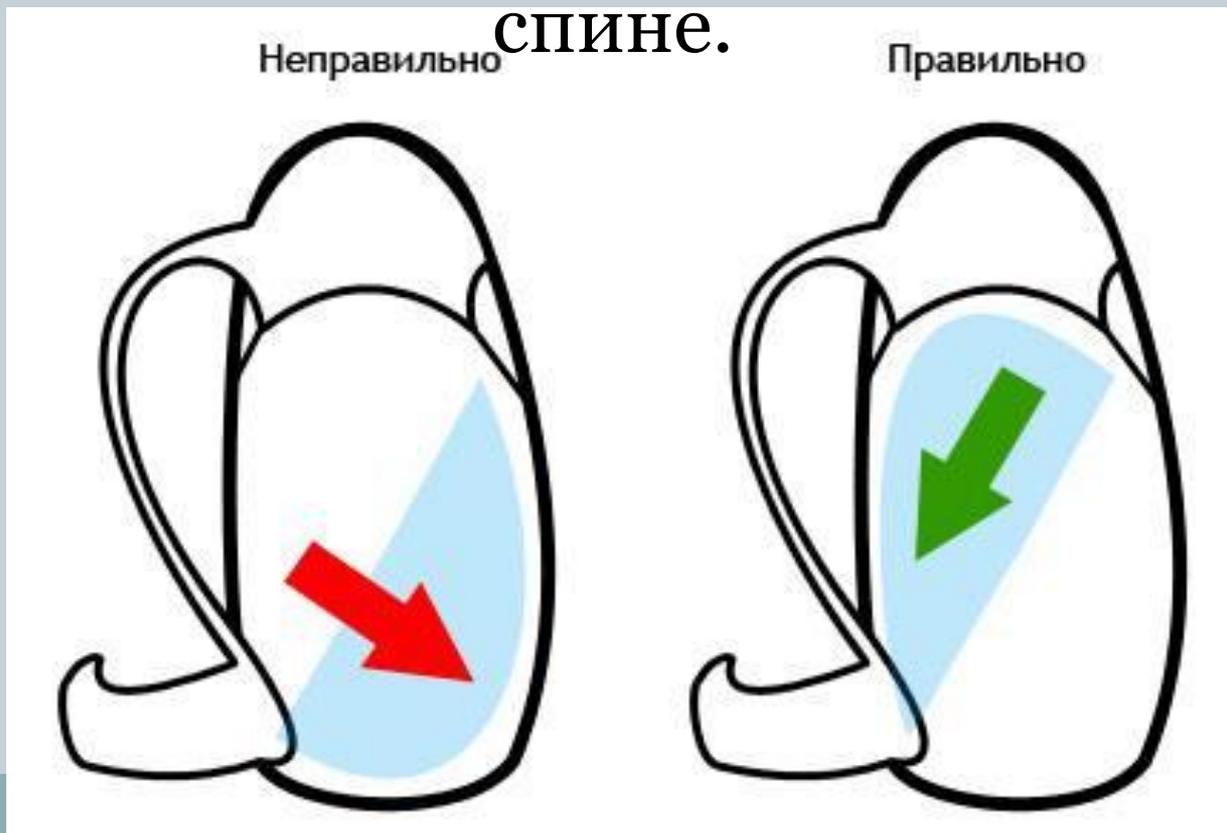


Если вы отправляетесь в поход на один-два дня, то, само собой, большое количество вещей вам не потребуется, а, значит, и рюкзак выбираем небольшой, если на несколько дней, а то и недель — то специальный рюкзак для экспедиций. Вообще рюкзаки имеют разные конструкции, предназначенные для эксплуатации в разных условиях:

- Бескаркасный или мягкий рюкзак удобен благодаря своей легкости и компактности, но в него труднее всего аккуратно и правильно сложить вещи.*
- Каркасный рюкзак имеет жесткие вставки, которые держат форму и уменьшают нагрузку на позвоночник.*
- Станковый рюкзак состоит из рамы и мешка с дополнительными креплениями для снаряжения.*

Существует огромное заблуждение, что тяжелые вещи нужно класть на дно рюкзака.

Тяжелые вещи могут опираться на дно, но должны быть распределены вертикально, как можно ближе к спинке рюкзака и Вашей спине.



Итак, начнем с распределения веса. Если Вы поместите тяжелые предметы внизу напротив спины, то этот вес будет оттягивать рюкзак назад, у Вас устанут плечи, будет болеть спина. Вся тяжесть рюкзака должна быть направлена к спине. И чем сильнее рюкзак наклоняется к позвоночнику, тем ближе центр масс Вашего тела с рюкзаком к центру масс Вашего тела налегке, а значит, нести рюкзак будет легче.

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

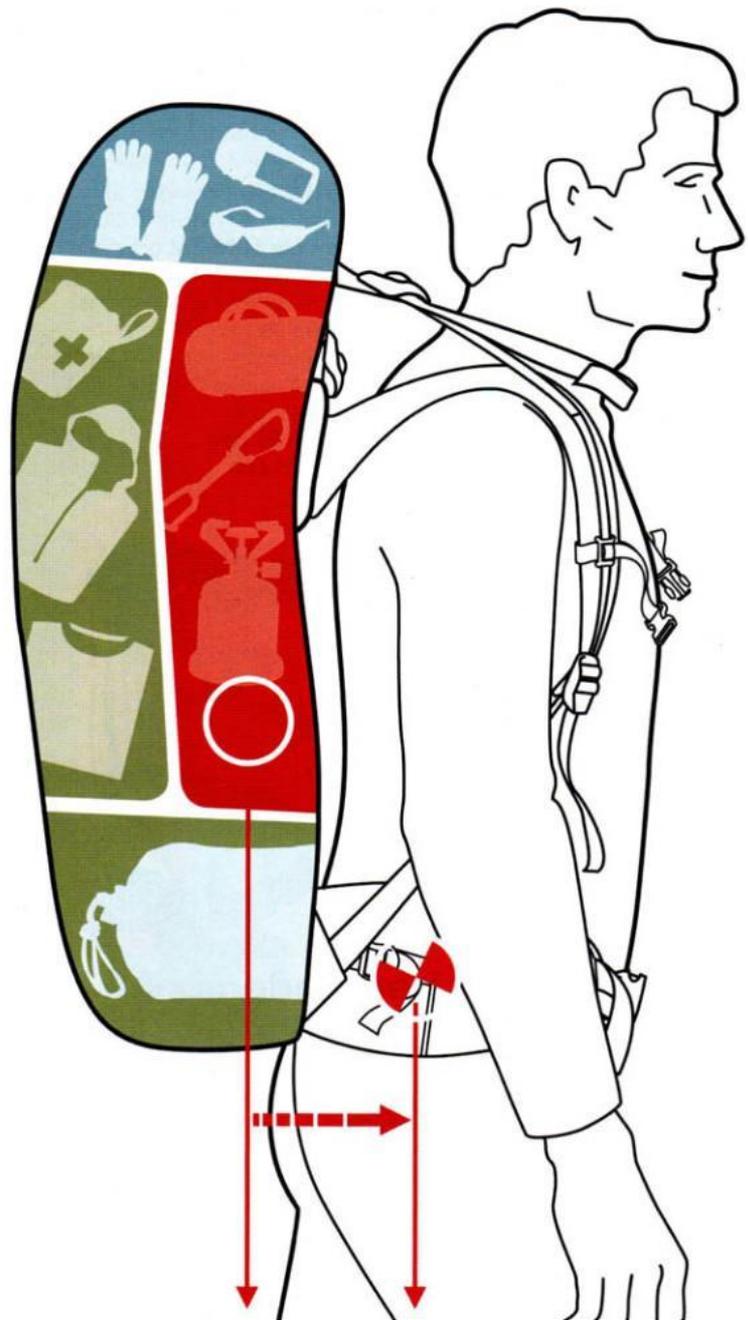
Под ними в хрупкие вещи и крошащиеся продукты. Например, печенье.

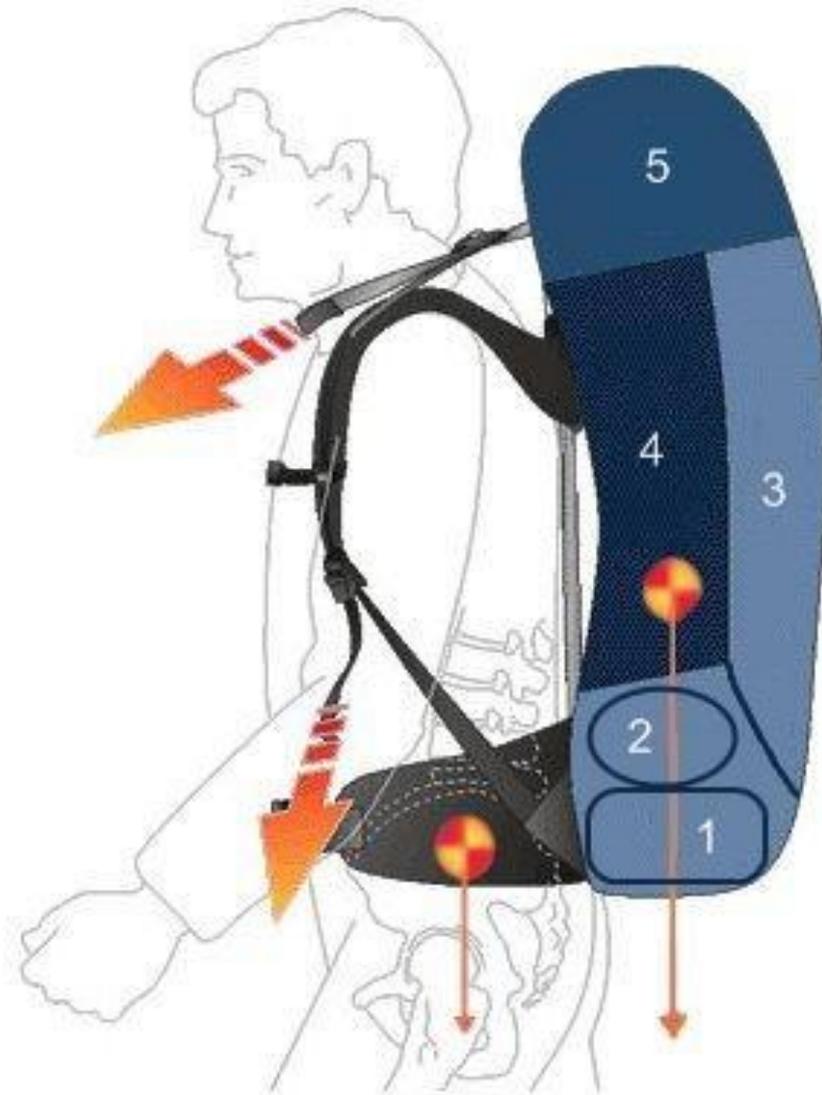
Палатка вертикально, по бокам крупы, под ними консервы.

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

Спальный мешок.







- 1 - палатка
- 2 - спальный мешок
- 3 - легкие вещи
- 4 - тяжелые вещи
- 5 - вещи первой необходимости

Объем рюкзака варьируется от 10 литров и выше. Так, экспедиционный рюкзак обладает вместимостью свыше 60 литров. Вес рюкзака также имеет большое значение: большой рюкзак специального назначения сам по себе может весить, например, 8 кг.



Выбирая рюкзак, обратите внимание на наличие карманов. Они незаменимы, если вам необходимо что-либо всегда иметь под рукой. Например, в кармане рюкзака удобно держать бутылку с водой — это, во-первых, гарантия того, что она не опрокинется внутри рюкзака и не зальет содержимое, а, во-вторых, ее легко можно достать, не открывая сам рюкзак.

Мягкие.



Они не имеют каркаса и больше похожи на прародительницу рюкзака – котомку.

Станковые

Подобные рюкзаки состоят из двух частей: металлической или пластиковой рамы (станка) и мягкого рюкзака, который к ней крепится. С их помощью можно переносить большой по весу багаж, так как рама помогает распределить вес поклажи и уменьшить нагрузку на позвоночник. Кроме самого рюкзака, на станке есть возможность закрепить и другие грузы.



Каркасные (анатомические)

Его можно назвать близким родственником станкового, только рама в подобной модели находится не снаружи, а вшита в сам рюкзак и играет роль твердого основания (каркаса). Потому, как бы вы ни уложили вещи, он не изменит свою форму.

Анатомический рюкзак подходит для походов любой длительности и сложности, он долговечен и очень удобен. Именно поэтому лучше всего остановить свой выбор на такой модели.



Так же есть много видов рюкзаков, для разных видов деятельности:

Экспедиционные



Туристические



Трекинговые



Для альпинизма.



Важно!!!

На рюкзак нужен непромокаемый чехол. Вам может показаться, что ваш рюкзак и так не промокает и может без него обойтись. Нет, не может. Если вам так кажется, то вы просто не видели горного дождя.

Итак, порядок в рюкзаке таков:

- 1) тяжелое вниз,**
- 2) мягкое к спине,**
- 3) Объемное но легкое наверх,**
- 4) стараться уложить вещи, учитывая их центр тяжести, так, чтобы предметы при ходьбе не смещались.**
- 5) надо уложить вещи так, чтобы они распирали друг друга, взаимно удерживаясь в приданном положении**
- 6) рациональное использование внутреннего пространства рюкзака,**
- 7) свободный доступ к снаряжению первой необходимости (аптечка, ремонтный набор,**