**ТУРИСТИЧНЕ СПОРЯДЖЕННЯ**

**1. Особисте спорядження.**

**1. Особисте спорядження**

Визначившись із маршрутом та знаючи характер і складність природних перешкод на маршруті, група починає заздалегідь готувати необхідне спорядження.

Спорядження для пішого та гірського туризму повинно бути міцним, зручним, легким, надійним, забезпечувати безаварійність на маршруті та зберігати здоров'я. Воно має відповідати протяжності та тривалості маршруту, сезону на час походу і складності та характеру природних перешкод. Похідне спорядження, відповідно до використання, поділяється на **особисте, групове та спеціальне.**

**Особисте спорядження** – це спорядження, яким турист у поході користується особисто.

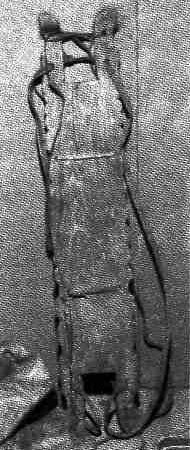
Під час підготовки до походу перед туристом завжди стоїть проблема – що взяти з собою, а що залишити вдома. Навіть досвідчені туристи перед походом складають список особистого спорядження: одягу та предметів, які необхідно мати на маршруті.

Передусім відбір особистого спорядження залежить від району мандрівки та складності маршруту. У складному поході може знадобитися багато різних речей, але завжди стримує обмеження через надмірну вагу рюкзака. Тому до останнього моменту список аналізують та скорочують.

**Рюкзак** – заплічний мішок для перенесення спорядження та вантажу. Рюкзак є головним атрибутом та ознакою туриста і першим предметом його особистого туристського спорядження. Єдиний випадок, коли рюкзак стає предметом групового спорядження – це одноденний похід вихідного дня, коли у мандрівку береться один рюкзак на три-чотири особи.

Коли з'явився перший рюкзак – ніхто не знає. У 1992 році в Австрії, недалеко від Інсбруку, було знайдено добре збережене тіло доісторичної людини, поруч з якою зберігся його рюкзак, виготовлений зі шкіри. По речах, які знаходилися всередині рюкзака, вчені визначилися з приблизною датою – 2700 рік до н.е., з чого випливає, що знайденому рюкзаку майже 5000 років!

У наш час у тайзі ще можна зустріти мисливця з **понягою** (рис. 1) – старовинним пристроєм для носіння речей у тайзі. Основа поняги – березова дошка завширшки 15-20 см та завдовжки до півметра. У верхній частині дошки є дужка, яка слугує ручкою та місцем фіксації повздовжнього багажного ременя. У плечах лямки наглухо прикріплюються до верхньої частини дошки і до вирізьблених шишок у нижній частині дошки. Будь-який багаж – короб, кошик чи мішок, кріпиться до задньої (стосовно плечових лямок) частини дошки за допомогою двох тонких поперечних та одного повздовжнього ременів. Зовні поняга нагадує знаряддя портових вантажників, але не має нижньої "лавочки" для вантажу. Поняга набагато легша – важить 0,8-1 кг. Понягу приангарські мисливці запозичили в тунгусів-мисливців та кочівників. Це наочний приклад того, як прадавній родич рюкзака "дійшов" до наших днів.

   
Рис. 1. Поняга

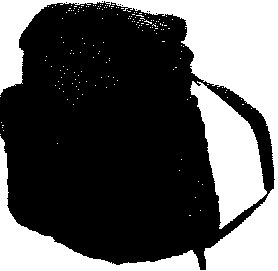
Та повернімося до спортивного туризму. Ще не так давно, у 70-80 роки минулого століття, у туристів, що йшли складними маршрутами, вибір рюкзаків був не такий вже і великий: "абалаковський", "яровський" (за прізвищами авторів – В. Абалакова та М. Ярова) та щойно впроваджений у виробництво перший станковий рюкзак – "Єрмак".

**Абалаковський (абалак)** – місткий рюкзак з великим клапаном, у якому є вмонтована додаткова кишеня, одна центральна і дві бокові кишені та доволі широкі лямки (рис. 2). Це був міцний (шили абалак з цупкого брезенту) та зручний рюкзак. Якщо, укладаючи абалака, спальний мішок викладали по спині, - рюкзак був зручним і добре прилягав до спини. Для запобігання обриву лямок у місці їх з'єднання з основою рюкзака туристи вкладали дюралеву трубку або дерев'яну паличку. Лямки стягувалися та регулювалися зручними металевими пряжками – "крокодильчиками". Об'єм рюкзака збільшувався за рахунок того, що під його дном носили намет, а під клапаном килимок. Вони фіксувалися та стягувалися за рахунок брезентових лямок. Таким чином рюкзак дещо видовжувався по спині і ставав зручнішим для носіння.

   
Рис. 2. Рюкзак абалаковський

Недоліком рюкзаків такого типу була трохи зігнута вперед постава туриста під час ходи. Згодом, з появою легких капронових та лавсанових матеріалів абалак полегшав. Значно зручнішим він став, коли почали випускати рюкзаки із вшитими поясними ременями. Це дало можливість ходити з рюкзаком за спиною більш прямо, і відпав ще один недолік абалака: у разі втрати туристом рівноваги рюкзак вже не перекочувався по спині.

**Яровський рюкзак** (рис. 3) відрізнявся від абалака бічними (з обох боків) шнурівками. Регулюючи шнурівки, турист мав змогу змінювати об'єм та форму рюкзака. Це була теж досить популярна серед туристів модель рюкзака. Деякі моделі мали великий верхній клапан, за що їх прозивали "слоняче вухо".

   
Рис. 3. Рюкзак яровський

Перший **станковий рюкзак** "Єрмак" (рис. 4) не отримав такого популярного застосування, як абалак та яровський. І хоча ходити з ним було значно зручніше, він не прижився у спортивному туризмі через деякі вади у конструкції. По-перше, з ним було незручно ходити у густому лісі. По-друге – верхня планка металевої рами припадала на рівень голови людини, що носила цей рюкзак, тож у разі падіння туриста рама травмувала голову. Згодом ці жорсткі металеві конструкції виробники замінили більш універсальними та еластичними системами підтримки спинки рюкзака.

Рис. 4. Станковий рюкзак "Єрмак"(спереду і ззаду)

Прошарок повітря між спиною туриста та рюкзаком створив природну вентиляцію, що значно зменшило намокання одягу від поту.

Час, коли турист вибирав між абалаковським та яровським рюкзаком, пішов у вічність. Сьогодні численні фірми-виробники туристського спорядження в усіх куточках світу пропонують клієнтам сотні моделей рюкзаків найрізноманітніших конструкцій та конфігурацій. Тому, вибираючи собі рюкзак, потрібно знати, в яких умовах ви будете ним користуватися. За призначенням розрізняють такі рюкзаки.

**Експедиційний, або пішохідний** (рис. 5.) – це рюкзак, ємністю більше 80 літрів, який використовується у довготривалих подорожах. Такий рюкзак має витримувати екстремальні умови: шарпання до скель та гілок дерев, падіння з висоти, намокання у воді. Для здійснення численних переїздів та пересадок у різноманітному транспорті для пішохідного рюкзака шиється транспортний чохол. У такому чохлі рюкзак зручно здавати в багаж під час авіаперевезень та вмощувати в багажні відділення наземного транспорту.

Рис. 5. Експедиційний рюкзак

Рис. 6. Гірський рюкзак

Рис. 7. Анатомічний рюкзак

**Штурмовий**– це зменшена копія експедиційного рюкзака, ємністю від 30 л. Він придатний для некатегорійних походів, виїздів за місто.

**Гірський рюкзак**відрізняється від експедиційного наявністю кріплення для льодоруба, льодового молотка та кішок" (рис. 6). Крім того, такий рюкзак має систему для витягування його на скелях та льодовику.

**Анатомічний рюкзак** (рис. 7) – сучасний рюкзак, зручність носіння якого досягається за рахунок форми м'якого каркасу, який повторює вигини спини. Такий рюкзак, окрім лямок, має ще стегновий (бандажний) пояс – широкий ремінь, який виконує функцію розподілу ваги рюкзака на плечі, крижі та клуби. Це зроблено з урахуванням анатомії людини. Пояс вшитий так, щоби зручно опирався на клуби. Ширина такого поясу не менше 10-15 см. Довжина регулюється додатковими ремінними стяжками та пряжкою-самоскидом. Це дає можливість в екстремальних умовах легким рухом руки розчепити пряжку і швидко вивільнитися від рюкзака. Не всі виробники виготовляють такі пряжки, які можна відкрити однією рукою (навіть в рукавицях). Це потрібно пам'ятати і, вибираючи рюкзак, перевіряти пряжку на зручність і можливість швидкого звільнення.

Рис. 8. Міський рюкзак

**Міський рюкзак** – данина сучасній моді, рюкзак для екскурсантів та мандрівників, що подорожують містами усього світу (рис. 8). Ємність таких рюкзаків від 10 до 30 л. У легкому міському рюкзаку зручно носити фотоапарат, відеокамеру, складну парасольку, легку куртку, бутерброди та пляшечку мінеральної води. І при такій завантаженості у вас вільні руки, вам зручно фотографувати. Особливо багато різновидів цього рюкзака пропонують виробники для школярів.

Рис. 9. Сучасний станковий рюкзак

Внаслідок постійної модифікації рюкзаків з'явилися **сучасні станкові рюкзаки**, що мають металеву раму, виготовлену з легких сплавів. Верхня планка рами не піднімається вище рівня спини – таким чином зник ризик травмування голови туриста під час падіння з рюкзаком, як це було у випадку з "єрмаком". До рами кріпляться лямки, стегновий пояс та мішок з численними кишенями. На рис. 9. – військовий станковий рюкзак виробництва США.

Крім того, випускаються рюкзаки для спеціального використання. Це **рюкзаки для катання на лижах та сноубордах.**

**Змагальний рюкзак**, у якому, враховуючи його призначення, зроблено усе можливе для зменшення його ваги. Іноді такий рюкзак виготовляють з міцної сітки.

Спеціальні рюкзаки-мішки з непромокальної тканини виготовляють для сплавів на плотах та катамаранах. В експедиціях для човникового перенесення групового спорядження використовуються вантажні рюкзаки-мішки з лямками (рис. 10), місткістю 80-100 л.

Рис. 10. Вантажний рюкзак-мішок

У наш час стали популярними велосипедні мандрівки, які велотуристи здійснюють на дорожніх та гірських велосипедах (маунтбайках). Останніми роками стали популярними хардтейли (в перекладі – "жорсткий хвіст") – велосипеди з передньою амортизаційною вилкою. Це вид удосконаленого гірського велосипеду, він себе гарно зарекомендував як у близьких, так і в далеких подорожах. Звісно, що для усіх типів велосипедів випускаються**велосипедні рюкзаки**, а також невеличкі велосипедні причепи.

Отже, йдучи у спортивний магазин або відділ спортивного спорядження, ми визначилися: нам потрібно купити експедиційний рюкзак, ємністю 80 літрів.

Перша вимога до рюкзака – зручність. Вибираючи рюкзак, його передусім потрібно приміряти на себе. Причому доцільно попросити продавця запакувати рюкзак іншим спорядженням (спальними мішками, наметами, рюкзаками тощо). Припасовуємо підвісну систему рюкзака (лямки та регулювальні ремені) під власну фігуру. Якщо рюкзак зручно лягає на плечі та спину, а лямки не скочуються з плечей, – перевіряємо якість пошиття. Продивляємось якість швів, блискавок на кишенях, липучок, численні защіпки га лямки, фурнітуру. Необхідно уважно перевірити якість тканини. Переконайтеся, що бокові стяжки достатньої довжини, адже виробники з метою економії деколи виготовляють суто декоративні короткі лямки.

Не останню роль відіграє форма рюкзака. Форма основної ємності рюкзака визначається його призначенням. Чим центр ваги ближче до спини та чим він вище, тим легше буде носити рюкзак. Центр ваги в сучасних рюкзаках повинен бути на рівні кріплення лямок. Рюкзак не має бути ширшим від плечей туриста, позаяк у лісі ходити з ним буде незручно.

Об'єм рюкзака вимірюється в літрах. Різні виробники рахують об'єм своїх рюкзаків по-різному. Одні рахують вміст основної ємності рюкзака, а інші - додають до основної ємності ще й об'єм усіх кишень та клапана. Сучасні моделі рюкзака мають ще додатковий тубус-продовжувач, що дає змогу ще на 1/3 збільшувати його ємність. У такому випадку висота клапана регулюється додатковими стяжками. І тому, коли ви прочитаєте на ціннику або в паспорті рюкзака дані про його ємність – то ще й самі попробуйте в цьому переконатися.

Ремінні пряжки та пряжки-самоскиди для рюкзаків виготовляються з міцної пластмаси і витримують досить високі навантаження (як металеві), але в поході вони іноді ламаються, коли на них наступають. Тому у технічному наборі завжди мають бути одна-дві запасні пряжки-самоскиди. Найбільш популярними є пряжки переломного типу або "фастек" (тризуб), але вони дещо слабші.

Пряжки мають бути так вшиті у лямку, щоб у похідних умовах їх можна було легко замінити.

Як правило, рюкзак має декілька бокових кишень (різних за розміром та розміщенням), дещо більшу середню кишеню та нижню. Дно рюкзака повинно бути зшите з більш цупкої та міцної тканини.

Якщо візуально усі елементи рюкзака, його ємність, колір і не останньою чергою його вартість вас влаштовують – купуйте обраний рюкзак. У поході від буде вашим надійним помічником.

Досвідчені туристи користуються легкими рюкзаками з водонепроникної міцної тканини. А для брезентових та капронових рюкзаків, що промокають, використовують непромокальну накидку з міцного та легкого матеріалу – таффета, VIVA, RIP-STOP, а проте накидку бажано носити з будь-яким рюкзаком – краще мати мокру накидку, ніж мокрий рюкзак. По зовнішньому контуру накидки вшивають ґумку, яка охоплює зовні весь рюкзак і тримається на ньому. У верхній частині накидки є відлога (капюшон).

У середині рюкзака повинна бути вмонтована невеличка кишеня для документів та грошей, яка защіпається липучками. На невеличкий карабінчик кріпляться ключі від дому.

Тепер розглянемо основні правила укладання рюкзака. Укладати рюкзак можна багатьма способами. Вибір способу залежить від моделі рюкзака, від форми та ваги ноші. Турист, якому випало носити намет, буде укладати рюкзак одним прийомом, а хто носить відра – іншим. Спосіб укладання рюкзака залежить і від його розміру та контурів. Рюкзак має щільно і рівно прилягати до спини туриста, не хитатися та не відтягувати назад. Лямки рюкзака не повинні тиснути туриста та перетискати його судини. Під час ходьби рюкзак разом із корпусом людини повинен реагувати на зміни положення тіла, а не перекочуватися по спині.

Отже, перед укладанням порожній рюкзак кладуть спинкою на землю або підлогу, отвором (входом) до себе і спершу вкладають спальний мішок.

Для укладання рюкзака абалаковського або подібного йому м'якого рюкзака застосовують спосіб викладки спального мішка по стороні спини. Для цього спальний мішок складають втроє. Подвійну складку спального мішка вкладають по спині, а 1/3 (кінцеву сторону) вкладають по дну рюкзака, заповнивши кути, прилеглі до лямок. Це дає змогу тримати "форму" рюкзака та рівну м'яку спинку. На дно рюкзака укладають намет (рис. 11), а якщо намет несе інший турист, то укладають м'які особисті речі, упаковані в поліетиленовий мішок. Адже коли на дно покласти тверді та важкі речі, то після кожного привалу, де рюкзак ставиться на землю (каміння, лід, стовбури повалених дерев тощо), буде нищитися дно рюкзака. Протягом одного походу за такої укладки дно рюкзака стане дірявим. Натомість м'які речі на дні рюкзака амортизуватимуть зіткнення дна з твердими предметами.

Поверх намету (особистих речей) по спині та на дно викладають важкі речі – консерви, продукти. Якщо туристу випало носити відра або інший посуд для приготування їжі, то спочатку на дно (до спини) ставиться посуд, а потім у відро можна класти продукти та ламкі предмети.

Загальні правила укладання рюкзака: важкі речі по спині; м'які – на дно; об'ємні (пуховик, куртка), крихкі та ламкі речі (фотоапарат, медична аптечка, прилади) – зверху, а предмети першої необхідності – у бокових та центральній кишенях.

Рис. 11. Укладання рюкзака

Ламке спорядження, яке може роздушитись або тріснути, можна покласти у відро (казанок), обгорнути м'яким одягом, оперезати маркованим мотузком.

Усі речі в рюкзаку мають бути щільно упакованими та не гриміти в рюкзаку під час руху. Не слід нічого підвішувати до стягувальних лямок рюкзака-казанки, карімати тощо. Такі речі будуть бовтатися по рюкзаку та заважати.

Для зручності пакування і надання рюкзаку стійкої рівноваги необхідно продукти харчування та інші речі попередньо упакувати в блоки ("цеглини"), загортаючи їх у папір, тонкий картон, полотняні мішечки. Сипкі продукти зручно носити в поліетиленових пляшках, які теж з'єднуються в блоки. Такі блоки зручно пакувати в рюкзаку, за необхідності це дозволяє терміново витягнути з рюкзака потрібну річ та не порушувати всього вмісту рюкзака.

У верхній частині рюкзака кладуть речі, які в будь-який момент можуть знадобитися – штормову чи пухову куртку, жилет, светр, сорочку. Зверху повинно укладатись і спеціальне спорядження, яке може знадобитися для оперативного застосування.

До кишень кладуть предмети особистої гігієни, флягу, горнятко, миску, ніж, ліхтарик.

Взагалі, укладаючи рюкзак Абалакова, намет краще носити зовні, закріпивши його стягувальними лямками під дно. У такому разі за рахунок намету спинка рюкзака дещо видовжується, під час ходьби рюкзак опирається на поперек – і його зручніше носити. Карімат (пінополіуретановий килимок) тоді носять під верхнім клапаном.

Укладання сучасних м'яких рюкзаків дещо простіше. Карімат скручують, установлюють в середину рюкзака і розпрямляють по його внутрішньому контуру. Запасний одяг або намет кладуть на дно. Важкі речі викладають по спині. Мотузки укладають зверху або носять під верхнім клапаном. Це дає змогу, за необхідності, оперативно їх дістати.

Врешті-решт, кожен турист укладає рюкзак на основі своїх звичок, досвіду та вподобань, але дотримуючись основних правил.

**Кішки** – загострені зубці, насаджені на пластини особливої форми, що їх прикріплюють до гірського взуття під час ходіння по льоду, скелях і т. ін.

Килимок для теплоізоляційної прокладки між туристом та холодною землею, камінням або снігом, під час сну називається **каріматом**.

Виготовляють карімати з пінополіуретану. Вони легкі, не промокають, легко скручуються та достатньо міцні. Залежно від способу укладання рюкзака, карімат носять як всередині рюкзака, так і зовні. Чохол для нього не обов'язковий. Скручений карімат фіксується на рюкзаку скотчем або кіперною стрічкою. На ринку є великий вибір каріматів, більшість з них виготовляють з пористої ґуми. На практиці найкраще себе зарекомендували карімати Іжевського заводу пластмас.