



трєда приймати деякі запобіжні заходи. Вогнище несе за потенційну небезпеку, яка може нагадувати про себе настільки довго, що про неї забувають. Так от, досвідчений турист відрізняється від новачка не тим, що він цією небезпечною нехтує, а як раз навпаки - тим, що про неї пам'ятає, а значить, і дотримує запобіжні засоби.

У чому ж вони полягають? Найперше, що повинен пам'ятати турист: покидаючи місце табору, слід обов'язково залити вогнище. Не треба думати, що якщо дрова вже прогоріли, якщо у вогнищі залишилися тільки тліючі головешки та вугілля, то заливати його не обов'язково. Ці головешки можуть за деякий час розгорітися.

До речі, варто сказати, обкопування не дуже ефективне. Сухе листя і хвою, які можуть зажевити, можна просто відгребти, траву - або виврати, або, якщо немає вітру, дати їй прогоріти по периметру вогнища, а потім швидко затоптати. Ну, а від іскр, що летять, або вуглинок, якими іноді «стріляє» вогнище, обкопування цілком можна обійтися, якщо дотримувати всіх інших запобіжних засобів.

Ніколи не слід розводити вогонь безпосередньо під деревами. На деревах, особливо хвойних, є чому зажевити.

більше світла, збільшити або зменшити потім'я, забезпечити засоби. Вогнище несе за інтенсивне або, навпаки, повільне прогорання палива. Вміння регулювати вогнище дається не відразу. Потрібно пробувати, експериментувати. Все, що можна прочитати про вогнища в книжках (у тому числі і тут), буде корисним тільки на перших порах. Потім отримуються досвід, а з ним і власна манера роботи з вогнищем. Ось, тоді можна переконатися, що описані тут конструкції в чистому вигляді тут використовуються вкрай рідко. Туристи складають вогнище, яке тільки зрідка і ненадовго набувають вигляду «курєня» або «колондзє», як їх малюють в довідниках. Регулюючи вогонь, можна буде переходити від однієї конструкції до іншої, а частіше імпровізувати, створюючи на кожен раз якісь нові способи укладання полін. Адаже головне - це забезпечити доступ повітря до вогню і використовувати взаємне розпрісання поверхонь дров, а добитися цього можна тисячою різних способів. Виключення складає лише вогнище «три колоди». Робити його треба так, як тут описано, і чим точніше, тим краще. Правда, і тут можуть бути варіанти, але застосовуються вони тільки в зимових походах з ножами на ший.

Хоча вогнище і вважається першим дрюгом туриста, проте, спільно з цим дрюгом,

! аааі і аа

Багато хто хоча б раз в житті йшов в похід, або ночував в наметі. Комусь сподобалась, комусь - ні. Це справа особиста. Але дуже часто буває що новачок прийшовши з походу не відчуває отриманого задоволення, душевного комфорту та відпочинку - а лише втому, роздратованість, а можливо й проблеми зі здоров'ям.

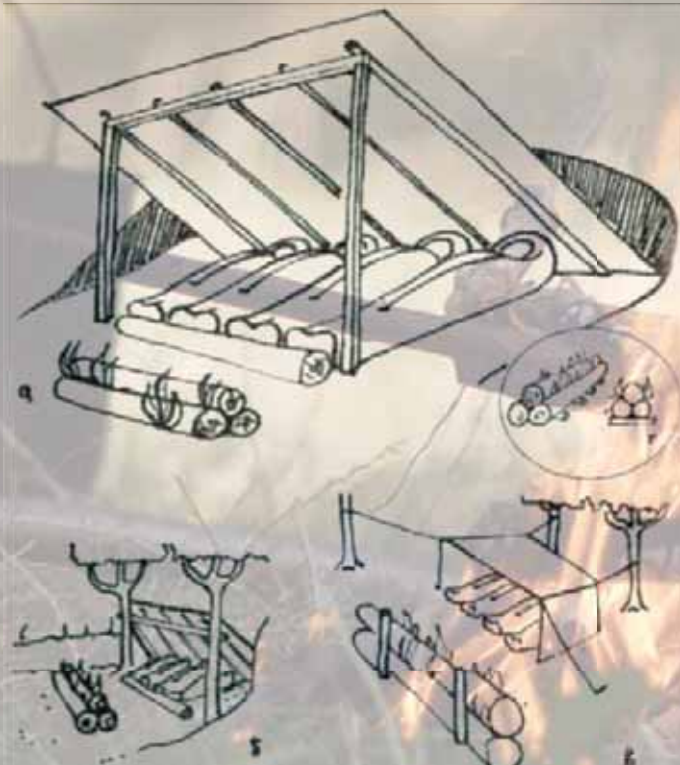
Для того щоб повноцінно відпочити та отримати задоволення від походу, перш за все, до нього потрібно добре підготуватися та виконати деякі правила. На цьому сайті ви знайдете основні поради для початкового туриста. Прочитавши та виконавши ці правила, ваш похід перетвориться на справжній активний відпочинок, наповнений вражень, позитивних емоцій та душевного комфорту.

© 2015. Верстка та дизайн Ігор Тхір,



вкласти поліна досить тісно, як полум'я помітно зменшиться, світла вогнище почне давати зовсім мало, горіння частково перейде в тління, і вогнище стане жаровим. «Зоряне» вогнище зазвичай вважається жаровим. Але досить укласти кінці полін, що знаходяться в центрі, один на одного, і вийде полум'яне вогнище. Перші два типи «тайгових» вогнищ можна зробити жаровими або полум'яними, зменшуючи або збільшуючи ширину зазору між полінами. Третій тип «тайгової» вогнища в основному жаровий,

але, змінюючи відстань між полінами або повертаючи їх навколо подовжньої, осі, можна і його зробити полум'яним, правда, на короткий час. Навіть останній з розглянутих типів вогнищ (з трьох масивних колод), який явно належить по своєму призначенню до жарових, можна змусити працювати як полум'яний, підклавши під верхню колоду дві поперечні чурки. Досвідчений розпалювальник вміло користується цією обставиною. Злегка пересуваючи поліна у вогнищі, він може змусити його в потрібний момент дати



Ç ì iñò

Короткі корисні поради

Простий засіб від комарів і гнусу	4
При сильному замерзанні рук	4
Уміння знаходити чисту питну воду	4
Ознаки зміни негоди на ясну погоду	5
Ознаки зміни ясної погоди на негодую	5
Як сушити промочене взуття	6
Отож, ви зібрвалися в похід...	7
Основні правила безпеки при пересуванні в горах:	8
Особливості організації кінного походу. Правила техніки безпеки.	11

Індивідуальне спорядження

Взуття для походу	12
Шкарпетки	15
Одяг	16
Спальне спорядження	20
Як правильно зібрати рюкзак	22
Похідні дрібниці	26

Групове спорядження

Намет	28
Сокира	29
Посуд	31
Ремонтний набір	34
Дрібниці	35

Організація руху

Темп руху	36
Завантаження рюкзаків	37
Хто за ким йде	38
Хронометраж руху	40

Розташування табору

Вибір місця розташування табору	42
Робота з наметом	43

Робота з вогнем

Розведення вогнища	48
Підтримка вогнища	50

Êîðîðê³ êîðèñí³ ïîðààè

Ïðîñòîðå çàñå³à â³â ìàðîâ³

Простим засобом від комарів і гнусу може бути шматок легкої матерії, яка пов'язана на голову або приколена шпильками на головному уборі і прикриває плечі і спину. «Манжети», прикріплені до рукавів, захищають зап'ястя.

Закритий накомарник можна виготовити з дрібнопорої сітки темного кольору: крізь білий накомарник нічого не видно. З валикоچارункової сітки можна зробити сітку Павлівського. На спітнілу шкіру і запотівшу матерію, сідає в 2 - 3 рази більше комарів,

Ïðîñòîðå çàñå³à â³â ìàðîâ³

При сильному замерзанні рук надіньте рукавиці і, нахилившись, розмахуйте руками вперед і назад з періодом приблизно в 1 секунду. Замерзлі ноги відігривайте так само. Робіть якомога ширші і енергійні рухи.

При тривалому загальному переохолодженні може несподівано наступити шок - тимчасова втрата свідомості. Треба діяти швидко - постраждалого усадіть і накиньте на нього теплий одяг, (не треба одягати в рукави - цінуйте дорогоцінний час!). Після повернення свідомості дайте цукор, глюкозу, вино, нюхати нашатирний спирт.



ніж на суху. Крім того, за даними науки, зі всіх кольорів комарі віддають перевагу блакитному.

Ïðîñòîðå çàñå³à â³â ìàðîâ³

Уміння знаходити чисту питну воду - необхідний навик мандрівника. Дуже хороша вода з джерела, що б'є на схилі берега річки або водоймища. Інтенсивне кип'ятіння - найбільш радикальний спосіб очищення від бактерій ставкової і болотяної води. Існують також спеціальні пігулки для знезараження некип'яченої



розводити, треба мати достатньо багато жаркого вугілля, яке виходить за допомогою одного з вогнищ, описаних раніше. Це вугілля з компактної купи треба розворушити і розсипати вузькою смугою завдовжки 2 - 2,5 м, відповідно довжині заготовлених товстих колод. Потім потрібно накидати поверх вугілля хворосту. Коли хворост добре займеться - закотити у вогонь зліва і справа два з трьох приготованих сухих колод, залишивши між ними відстань приблизно в 2/3 або половину діаметру колоди. Вугілля і хворост, що горять, опиняться між колодами. Дуже корисно буває заздалегідь пройтися уздовж цих колод з сокирою і зробити на них по всій довжині косі зарубки, на зразок тих, які роблять теслярі, коли їм треба витесати площину. Закочувавши колоди у вогнище, треба повернути їх зарубками до вогню - так вони швидше розгоряться. Коли вони добре займуться, на них зверху кладуть третю колоду. На ній теж краще зробити зарубки і, укладаючи її, стежити, щоб вони були обернені вниз, до вогню. Розгораються сухі колоди дуже швидко і горять довго (при діаметрі 35 - 40 см або більше - всю ніч). Біля такого багаття можна ночувати навіть в люті морози. До вогнища лягають ногами, зверху над сплячими натягається похилий тент. Споруджуючи

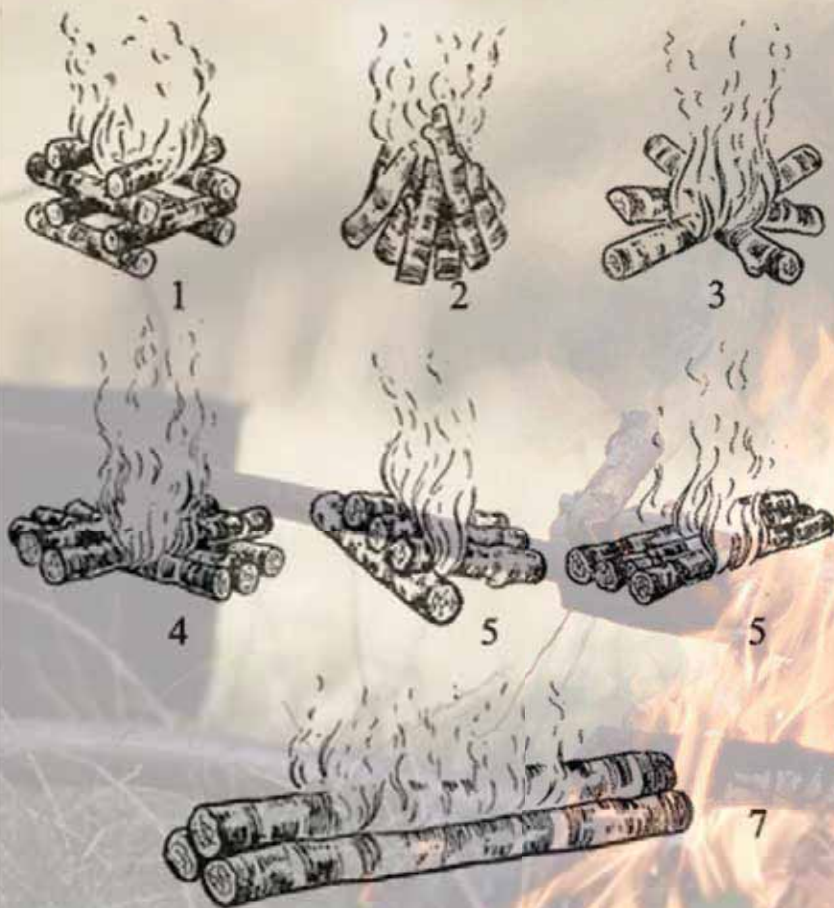
таке вогнище, треба пам'ятати, що спати потрібно поряд з ним, щоб користуватися його теплом. Безглуздо, наприклад, розвівши його, піти потім спати в намет. Якщо погода дозволяє переночувати в наметі, то не слід і братися за побудову вищеописаного вогнища. Саме по собі таке вогнище нескладне, але пошуки колод для нього, їх звалення, оброблення і, нарешті, транспортування до вогню віднімає багато часу і сил.

Якщо ж в наметі спати холодно і вирішено розвести вогнище, щоб спати біля нього, використовуйте краще намет як тент. Досвідчені туристи, звиклі мати справу з вогнищами, уміють розпалювати таке вогнище і без вугілля. Вони укладають спочатку дві нижні колоди майже впритул, а потім поверх них по всій довжині розкидують дрібний хворост, зверху на поперечних палицях кладуть третю колоду і підпалюють хворост.

Які ж з описаних вогнищ відносяться до жарових, а які - до полум'яних? Це залежить не тільки від конструкції вогнища, але і від якості дров - смолянисті чи ні, абсолютно сухі або з сируватою корою, а також від манери роботи розпалювальника. «Колодязь» і особливо «курінь» найчастіше належать до полум'яних вогнищ. Але досить пустити до сухих полін трохи сируватих або

тепла і горить, не вимагаючи нових дров, кілька годин підряд, а якщо колоду досить товсті, то і всю ніч. Застосовують таке вогнище для ночівель на снігу без наметів. Буває, що восени або весною вночі трапляються несподівані заморожування, а в учасників походу замість спальних мішків з собою легкі

ковдри. Може трапитися, що одного разу замість нічлігу, що планувався, в якому-небудь населеному пункті, доводиться ночувати в лісі: розраховували дійти, але не встигли; втратили орієнтування; хто-небудь з товаришів підвернув ногу. Ось тут-то і може стати в нагоді таке вогнище. Перш ніж його



Різновиди вогнищ: 1 - «Колодязь»; 2 - «Курінь» («Конус»); 3 - «Зоряний»; 4 - «Тайговий - 1»; 5 - «Тайговий 2»; 6 - «Тайговий - 3»; 7 - «Три колоди»

Îçîàèè çî³èè íâîîèè íà ÿñîó ïîîîîó

1. У суцільних хмарах з'являються просвіти блакитного неба.
2. До вечора на заході смуга ясного неба. Сонце сідає на безхмарному небі. Форма західного сонця спотворена.
3. До вечора (і вночі) туман.
4. З'являються перисті хмари химерної форми, які до вечора зникають.
5. Поступово підвищується тиск.
6. Сильно падає температура.
7. Стрижі літають високо.
8. Увечері і вночі рясна роса.
9. Вітер вдень посилюється, до вечора стихає.
10. Дим від вогню піднімається вертикально.
11. Комарі літають роєм.

Îçîàèè çî³èè ÿñîó ïîîîîèè íà íâîîîó

1. Перисті хмари рухаються із заходу, змінюючи контури.
2. Тиск безперервно падає декілька днів.
3. Купчасті хмари до вечора збільшуються в розмірах.
4. Вдень ясно, а до вечора хмари товщають і згущуються.
5. Зменшується різниця між денною і нічною температурою.
6. Увечері стає тепліше, ніж вранці.
7. Збільшується видимість віддалених предметів і гучність віддалених звуків.
8. До вечора вітер не стихає, а посилюється.
9. Дим від вогню стелеться над землею.
10. Сонце сідає в хмари.
11. Вночі немає роси, а в низинах не видно туману.



Перисті хмари

Віснорєдє ïðî ïî÷àíà âçîððò

Промочене взуття не можна сушити біля сильного багаття: від перегріву шкіра зсихається і тріскається. Краще набити сире взуття на ніч водовбирною м'якою речовиною (суха трава, мох). Допустимо надягати сирі черевики на сухі шкарпетки. Повстані устілки (обов'язкові для

похідного взуття) на ніч виймайте і укладайте в спальний мішок. Залиті водою гумові чоботи важко висушити навіть в гарну погоду. Один із способів сушки - відвернути халяви і направити розтруби чобіт на сонці. Ефективно сушити сирі чоботи на ногах, одягнені в сухі онучі.



Віснорєдє ïðî ïî÷àíà âçîððò

Харчування повинне покривати витрату енергії туристів під час подорожі. Як правило, ця витрата в умовах навіть нескладного маршруту складає щодня на кожну людину 3 000 - 4000 калорій. Продукти повинні бути правильно підібрані, включати оптимальну кількість жирів, білків, вуглеводів, насичені вітамінами і мінеральними солями і, крім того, володіти мінімальною вагою, хорошою транспортабельністю, мати

тривалий термін збереження. Важлива особливість похідних продуктів - легкість і швидкість приготування різних блюд.



одного; поперек їх - ще два і так далі. Така конструкція на вигляд, дійсно, нагадує колодязний зруб. Вона забезпечує хороший доступ повітря до вогню, і поліна зазвичай рівномірно горять по всій довжині.

«Курінь» або «конус». Поліна укладають на вугіллі похило до центру. При цьому вони частково спираються один на одного. При такій конструкції вогнища, дрова вигоряють в основному в своїй верхній частині, та зате, завдяки близькому сусідству їх частин, полум'я виходить могутнім, жарким і концентрованим. Такий тип вогнища буває корисним, якщо потрібно закип'ятити воду або швидко приготувати що-небудь в одному відрі, каструлі, чайнику. Якщо ж треба повісити на вогонь не одну посудину, а декілька і, крім того, бажано, щоб все було готово одночасно, тоді «курінь» не підходить. Тут краще скористатися яким-небудь іншим видом вогнища, хоч би тим же «колодязем».

«Зоряний». Поліна укладають на купу вугілля з декількох сторін по радіусах від центру. Горіння відбувається переважно в центрі, і у міру згорання дров їх просувають ближче до центру.

«Тайговий». Це вогнище обов'язково згадується в туристичних довідниках. Проте, якщо взяти різні довідники, опиниться, що в них під цією назвою описуються зовсім різні

конструкції вогнищ. Ось головні з них: 1. Вогнище складають з довгих полін в два ряди, по два-три поліна в кожному ряді. Обидва ряди перетинаються під деяким кутом. При цьому верхній ряд кладуть так, щоб він перетинався з нижнім над купою вугілля. Місце горіння доводиться на перетин обох рядів. 2. Біля вугілля кладуть товсте поліно; інші кладуть на нього одним кінцем. Купа вугілля виявляється під ними. 3. Три-чотири поліна укладають на вугіллі впритул або майже впритул один до одного. Горіння йде по всій довжині полін, переважно в місцях їх зіткнення. Як видно, у всіх трьох випадках укладання дров у вогнище абсолютно різне. Проте дещо загальне між ними є. Завжди використовується принцип взаємного розігрівання поверхонь, що горять, розділених лише вузькими щілинами. За рахунок цього жар посилюється, і між колодами виникає достатньо сильна вертикальна тяга, хоча вони і лежать дуже близько один до одного. Кажучи про типи вогнищ, вище скрізь указувалося, що ці вогнища складаються з полін. На закінчення розглянемо ще один вид вогнища.

«Три поліна». Складається вже не з окремих полін або чурбаків, а з трьох великих колод завдовжки 2 - 2,5 м. Для того, щоб спорудити таке вогнище, потрібні час і сили, та зате воно дає багато

стосується не тільки розпалювання вогнища, але і підтримки його, коли в справу увійдуть вже товсті дрова. Але в цьому випадку є час покласти поліно, подивитися, як воно займається, пересунути його, якщо воно погано лягло, і так далі.

Перша, порівняно невелика, купка павутини, яка підпалюється від розпалом, повинна зіграти роль запалу. Коли ця павутина розгорілася, треба пустити в хід решту запасу павутини. На павутину, яка розгорілася, кладуть трохи суччя з наступної

Ï³àððè ì èà âîãíèùà

Розведення вогнища можна вважати закінченим, коли з'явиться невелика купка жарко тліючого вугілля. До тих пір, поки у вогнищі не утворилося вугілля, він може згаснути дуже легко. І навпаки - коли у вогнищі вже є вугілля, так легко він не згасне. Згасає він поволі, язика вогню часто спалахують над вугіллям, і лише поступово вони стають менші та пробиваються все рідше і рідше. Досить підкинути дров - і вогонь знову розгориться.

У довідниках прийнято ділити вогнища на димові, жарові та полум'яні.

Димові вогнища використовуються для сигналізації і для відлякування комарів, гедзів, гнуса.

Жарові - для приготування їжі, просушування речей, для зігрівання людей, якщо вони

партії палива. Розгорівшись, вони послужать запалом для всієї партії дров. Так поступово збільшується товщина суччя і полін, що закладаються у вогнище. Досвідчений турист ніколи не почне розпалювати вогнище, поки не підготує необхідного на перших порах паливо. Він знає, що не зможе відійти від вогнища, поки не розгоряться суччя в півтора-два пальці завтовшки. А часу, який він витратить на те, щоб зібрати це паливо, завжди буде менше часу на повторне розпалювання вогнища.

ночують без намету біля багаття.

Полум'яні - для освітлення табору і приготування їжі.

Димові вогнища використовуються юними туристами дуже рідко. Необхідності сигналізувати з їх допомогою, як правило, не зустрічається, а для використання їх проти комарів і гнуса потрібен великий досвід. Тому зупинятися на розведенні димових вогнищ ми не будемо. Нарешті завжди можна підкинути в будь-яке вогнище сирих віток, ялинових лап або трави, щоб отримати стовп диму. А ось жарові і полум'яні вогнища слід розглянути докладніше. Існує декілька основних видів таких вогнищ (мал. 24).

«Колодязь». Два поліна кладуть на вугілля паралельно, на деякій відстані один від

Î Ò Ì Æ, â è Ç³áðââèèñÿ â Î Î Ñ³ä...

В першу чергу, визначте мету своєї подорожі. Оберіть собі керівника групи, пам'ятаючи, що його досвід, авторитет, знання маршруту є гарантією безпечності походу. Він має бути не молодшим 18-ти років, оскільки нестиме відповідальність за Ваше життя та здоров'я в поході.

Керівник повинен вибрати маршрут залежно від рівня підготовки, можливостей учасників, конкретних умов місцевості й мети, яку вони поставили перед собою. Довжина маршруту для першого разу не повинна бути більше 15 км. Найкращий і найбезпечніший час для пішохідних туристських походів у Карпатах з початківцями - з травня по жовтень.

Також керівнику групи необхідно:

- ознайомитись з картою району подорожі;
- ознайомитися з прогнозом погоди на найближчі кілька днів;
- перевірити наявність аптечки, переконавшись, що стан здоров'я у всіх задовільний;
- ознайомити всіх учасників з можливими небезпеками на маршруті й основними причинами нещасних випадків у походах;
- повідомити аварійно-рятувальний загін про вихід групи і схему маршруту;
- кожен учасник групи повинен повідомити про це рідних чи близьких йому людей.



Схід на Говерлу



Діаїдà ç âîãíâì

Діçâãããíÿ âîãíèèùà

Принцип розведення вогнища сам по собі не складний. Спочатку запалюється розпал - якийсь матеріал, здатний на невеликий час дати достатньо велике полум'я, щоб від нього зайнялися тонкі сухі вітки завтовшки з сірник. Потім підкладають суччя більше (товщиною приблизно як олівець). Коли розгоряться і ці, кладуть наступні, завтовшки в палець. Так, поступово кладуть у вогнище все більш і більш товсті дрова. Зрозуміло, що всі дрова повинні бути обов'язково сухими. На розпалення зазвичай йде папір, рідше - берест. Треба тільки пам'ятати, що знімати для розпалення бересту з беріз, які ростуть біля табору, неприпустимо. Берест зазвичай запасують про запас, коли під час переходу знаходять гниле або впавше дерево. Досвідчені туристи часто обходяться без паперу або бересту. Як розпалення вони застосовують або дуже тонку лучину (майже стружку), яку беруть з середини сухого поліна, розколеного вздовж, або те, що туристи називають павутиною - дрібні сухі гілочки ялини. Їх майже завжди можна знайти на великій ялині, якщо заглянути під звисаючі гілки при стовбурі. Проте початкуючому туристу



краще використовувати і дрібну лучину і павутину як першу порцію палива, яка піде у вогонь відразу ж, як тільки розгориться розпалення.

Іноді на туристичних змаганнях потрібно розвести вогнище, не користуючись папером або берестом. У таких випадках лучину і павутину заготовляють заздалегідь, як слід просушують, зв'язують в пучки і витрачають тільки на змаганнях. Папір для розпалення повинен бути злегка прим'ятий. Гладкий лист, як, втім, і грудка паперу, погано розгоратиметься. Берест практично ніколи не буває рівним листом, і приминати його не треба. Але іноді він згортається в тугу трубку, розпрямляти яку - справа безнадійна. Краще розірвати берест на тонкі смуги і, використовуючи як розпалення, скласти в купку. Розпалюючий



4. Переправу через річки з швидкою течією (1м/с) і глибиною більше 0,7м можна здійснювати тільки зі страхуванням.
5. Не скорочуйте шлях за рахунок безпеки, особливо взимку, оскільки можна підрізати сніговий схил і потрапити в лавину.
6. Не дозволяється пересуватися в тумані, темноті або по вузьких жолобах.
7. Уникайте скельних ділянок на маршруті. Пам'ятайте, що навіть на нескладні скелі вилізти можна без мотузки, а спуститися без неї практично неможливо.
8. Якщо Ви заблукали, то краще повернутися знайомим шляхом назад.
9. При сильному дощі чи граді зупиніться і перечекайте непогоду, але не робіть цього під деревом, що стоїть окремо, а також на узліссі або березі водойми.
10. Не намагайтеся спускатися зі сніжних схилів на поліетиленових мішках чи інших пристосованих предметах, оскільки це може призвести до тяжких травм або зриву в прірву.
11. При пересуванні по крутому схилу (засніженому чи трав'янистому) бажано мати льодоруб чи лижні палиці, інші засоби, які можна, при необхідності, використати для самозатримання.
12. Завчасно повідомляйте керівника групи про

- погіршення стану здоров'я.
13. Не залишайте незагашені вогнище, сигарету чи навіть сірник, оскільки це може викликати лісову пожежу.
 14. Не застосовуйте для освітлення намету свічку чи інші засоби з відкритим вогнем.
 15. В аварійній ситуації не панікуйте! Навпаки необхідно посилити дисципліну, діяти організовано.
 16. При необхідності за допомогою краще посилати двох найбільш підготовлених учасників.

При організації привалу пам'ятайте, що не можна зупинятись біля крутих схилів, під скелями або самотніми деревами, на вершині гори, де може вразити блискавка, над обривами чи біля річки, в якій можливий швидкий підйом води.

Поряд не повинно бути сухих чи гнилих дерев, які легко можуть бути повалені вітром. Не хе́туйте безпекою і дотримуйтеся цих нескладних правил. Інакше Ваша подорож через порушення цих норм замість задоволення може принести неприємності, біду, бо саме легковажність та недисциплінованість учасників чи керівника походу найчастіше стають причинами аварійних ситуацій. Бережіть природу, пам'ятки історії та культури!

Не залишайте після себе на стоянках сміття (адже для вас зовсім нескладно його закопати, причому лише те, яке перегниє і зникне, не зашкодивши навколишньому середовищу), не забруднюйте водоймища. І ще ведіть себе тактовно по відношенню до місцевого населення.



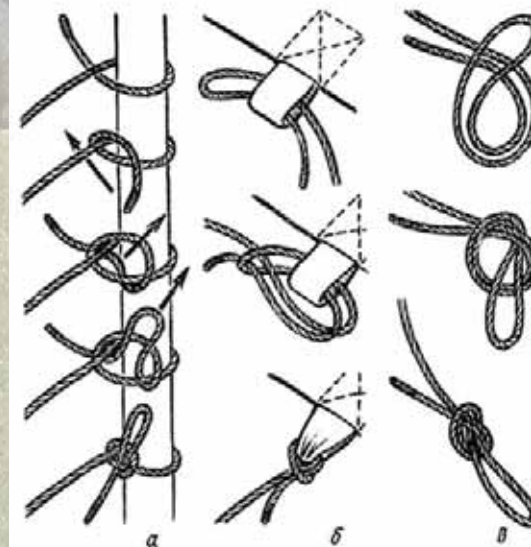
ним і наметом була відстань хоч б 5 - 10 сантиметрів. Для цього над наметом паралельно верхівці натягують мотузку. Тент перекидають через мотузку і кріплять по кутах на відтяжках. Абсолютно не обов'язково, щоб тент був виготовлений з водонепроникної тканини. Добре натягнутий тент захищає намет, подібно до парасольки. Тому для нього зазвичай вибирають тканину дешево.

Якщо в наметі тісно, то потрібно зменшити висоту коника над підлогою. Для цього слід вкоротити опорні стійки або прив'язати верхівні відтяжки нижче, ніж зазвичай, до дерева. Весь намет осяде, нижні частини бічних стінок ляжуть на землю і служитимуть продовженням підлоги намету, і в наметі відразу стане просторіше. Якщо

ставити намет, заздалегідь не розтягуючи підлоги, потрібно обов'язково застебнути вхід хоч би на дві петлі: одну, що сполучає два полотнища на вході, і іншу, що сполучає їх з підлогою намету. Якщо цього не зробити, можна легко перетягнути намет у висоту (тоді підлоги по краях висітиме в повітрі) або завширшки (тоді вхід не закриватиметься). При кріпленні відтяжок не треба створювати системи заплутаних, хитромудрих

вузлів - потім їх вам доведеться довго розв'язувати. Навколо дерева досить пустити відтяжку в один обхват і зав'язати вузлом, як показано на малюнку.

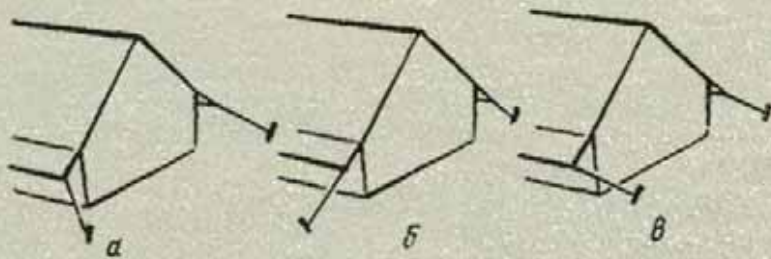
При забиванні кілочків потрібно додавати їм нахил убік від намету, а не до нього. Інакше відтяжки легко зіскакуватимуть. Для цього зручніше, забиваючи кілочок, розвернутися до намету спиною, а не лицем. При натягуванні верхівних відтяжок через опорні стійки треба стежити, щоб верхівка намету, стійки та кілочок, за який кріпиться відтяжка, були на одній прямій. Інакше намет буде нестійким. Напрям кутових відтяжок на крилах намету не повинен співпадати з продовженням одного з країв бічного ската намету.



У дощ туристичний намет, як правило, промокає. Намети з брезенту, репсу промокають навіть коли вони нові. Намети з прогумованої перкалі або водовідштовхувальних тканин починають промокати після одного-двох сезонів, а служать намети зазвичай набагато довше. Які ж можна дати поради на цей випадок? Перш за все - добре натягувати намет. Якщо на бічних скатах утворилися зморшки, то саме в цих місцях намет в першу чергу починає текти. Далі, потрібно уникати дотику до скатів намету головою або плечима. Добре натягнутий намет намокає, але всередину води не пропускає, зовсім як розкрита парасолька. Проте варто кому-небудь притулитися до стінки або ската, як в цьому місці вода починає проникати всередину намету крапля за краплею. Як же підвищити опірність намету воді? У туристичних довідниках часто приводяться рецепти водовідштовхувальних складів для просочення тканини наметів. Проте на практиці мало хто користується ними - дуже це складна справа.

Набагато зручніше скористатися поліетиленовими накидками. Досвідчені туристи склеюють або зварюють (за допомогою праски або паяльника) з декількох шматків поліетилену одну велику накидку так, щоб вона прикривала від дощу не тільки намет, але і поставлені біля неї рюкзаки. Така накидка забезпечується петлями і тонкими розтяжками по кутах і на конику. Початкуючим туристам на перших порах можна обійтися просто декількома шматками поліетилену. Їх легко укріпити на наметі за допомогою білизняних прищіпок. Якщо прищіпок немає, можна придавити шматки поліетилену до намету довгими вітками, поклавши їх одним кінцем на землю, а іншим на намет.

Крім поліетиленових накидок, туристи досить часто використовують тенти, виготовлені з якої-небудь легкої тканини. Тканину зшивають у вигляді прямокутника таких розмірів, щоб вона вільно могла закрити намет зверху. На відміну від поліетиленових накидок тент не кладуть зверху на намет, а натягують над ним так, щоб між



Î ñ î á è è à î ñ ò³ î ð à à í³ ç à ò³; ê³ í í î ñ î î ð î ä ó. Î ð à à è è à ò à ò í³ è è á à ç î á è è.

В кінний похід може йти група у складі 5-8 туристів і двох інструкторів. Один інструктор відповідає за здоров'я і збереження коней, стежить за виконанням рекомендованих інструкцій туристами. Він визначає дозволені навантаження на коней.

Другий інструктор є наставником туристів у всьому, що стосується пересування по маршруту. Зобов'язаний донести до них правила техніки безпеки. Він визначає графік руху групи, відповідає за безпеку туристів і стежить за виконанням туристами рекомендованої інструкції по техніці безпеки. Організовує стоянку і харчування.

Група пересувається на маршруті верхи на конях. Речі, продукти харчування, табірне спорядження везеться в похідному возі. Верхові під керівництвом інструктора можуть йти незалежно від воза. На стоянці туристи допомагають інструкторам у догляді за кіньми. Під час стоянки можливе додаткове катання верхи.

Підходити до коня слід уперед, з лівого боку, попередивши голосом. Слід остерігатися коня позаду, навіть якщо він знаходиться в спокійному стані.

При організації кінних походів треба дотримуватись інструкції по техніці безпеки з кіньми, виконувати всі вказівки і команди інструктора.

Необхідно оглянути прив'язь коней. Вуздекка, недоуздок, повинні бути справні і міцні, підігнані до тварин.

При надяганні вуздечки або недоуздка треба дотримуватися обережності, стежити, щоб при застібанні пряжок вуздечки вудила не різали губи, а недоуздок не давив на лицьову частину голови коня.

Чистити коня слід тільки після прив'язі її до конов'язі. Під час чистки знаходиться необхідно збоку коня впівоберта до нього і стежити за його поведінкою, не застосовувати грубих прийомів, що дратують тварину. Перед їздою на коні треба перевірити правильність сидіння, підтяжку попруг, підгонку стремен під їздця на коні.

Їзда в сідлі допускається тільки у взутті, що вільно входить в стремяно. Забороняється вклати ноги в путлища. Забороняється їзда у взутті з рифленою підошвою.

Спортивні брюки повинні бути легкими, вільними і не ускладнювати рухів. Вузькі джинси мало згодяться для верхової їзди.

Сплигуючи з коня необхідно кинути стремяно. Не випускаючи з рук повод, плигнути на ліву сторону. Зняти повід з шиї коня і відпустити попругу на 1 дірочку, потім заправити стремяно.

21 äëâ³äöäëüíå ñïîðÿäæåííý

Äçòòòÿ äëÿ ïîðÿä

Для пішого походу кращим взуттям є добре розношені черевики на низькому каблучі, бажано з рифленою підошвою. Черевики повинні бути достатньо просторими, щоб в них можна було вкласти повстяну (войлочну) устілку і піддіти товсту шкарпетку (шерстяну). Можна брати черевики на номер більше звичайного. У випадку, якщо вони будуть дуже вільні, в них можна вкласти не одну, а дві устілки або поверх шерстяної шкарпетки надіти ще бавовняну.

До походу черевики треба кілька разів просочити спеціальною маззю для спортивного і мисливського взуття, що продається в

спортивних магазинах, або будь-яким несоленим жиром. Робиться це таким чином: на черевик чистою ганчірочкою наноситься шар жиру, і потім він злегка підігривається на газу. Коли жир вбереться - на око здається, що він просто просох, - потрібно нанести ще один шар і знову прогріти черевик біля вогню. Але будьте при цьому уважні - ледве мастило висохне, треба негайно нанести наступний шар, інакше від жару шкіра може покоробитися. Ця процедура повторюється кілька разів. В період опалювального сезону можна, змастивши черевики, поставити їх на ніч під батарею опалювання. Цей спосіб безпечніший для черевик, але запах від них триматиметься всю ніч. Потрібно мати на увазі, що якщо черевик вбере надто багато жиру, то його якість може значно погіршитися - шкіра стане занадто м'якою. Тому якщо при сильному натиску на шкіру черевика з неї починає трохи видавлюватися жир, це означає, подальше просочення треба припинити.

Якщо черевики жорсткі або утворюють складки (найчастіше поперечні біля пальців або подовжні при голеностопі), їх корисно поставити в розпір. Для цього носкову частину черевика треба туго набити папером



потугіше спочатку одну верхівку відтяжку і забиває в землю кілочок на її кінці, а потім проробляє це і з другою відтяжкою. Тепер треба натягнути відтяжки бічних крил. Тут теж починають завжди з кутових відтяжок. Частіше всього один з туристів продовжує утримувати намет, щоб опорні стійки не заваливалися вбік, а інший забиває в землю кілочки і натягує на них кутові відтяжки.

Краще всього, якщо за справу, візьмуться відразу четверо. Кожен береться за кутову відтяжку, всі четверо одночасно натягують їх і дивляться, чи не вийшло складок. Якщо вони утворилися, то потрібно натягнути, або ослабити відтяжки. Після того, як це зроблено, забивають кілочки і кріплять на них відтяжки. Якщо працюють двоє або троє (а ще один утримує опорні стійки від падіння), то виходить якийсь проміжний варіант вказаних вище способів установки. Після того, як натягнуті кутові відтяжки крил, треба натягнути середні. Тепер намет встановлений по всіх правилах.

Існують і спрощені способи установки намету. Перш за все далеко не завжди треба натягувати пів намету. Найчастіше без цього можна чудово обійтися (не потрібно шість кілочків). Далі, майже так же часто можна обійтися без натягування середніх відтяжок на крилах (мінус ще два коли). Нарешті,

ночучи в лісі, майже завжди можна розтягнути верхівки намету між двома деревами і не користуватися опорними стійками (не потрібні опорні стійки і ще два маленькі коли). Отже, замість 14 маленьких колів і 2 великих стійок намет можна встановити всього на чотирьох кілочках. Для установки намету у такий спосіб варто наростити шнури верхівних відтяжок або замінити їх довшими. Тоді можна натягнути намет між деревами, що досить далеко ростуть.

Всередину намету на підлогу укладаються або надувні матраци, або ще щось. Замість матраців туристи часто застосовують найрізноманітніші речі - невеликі килимки з поролону, шматки брезенту, тілогрійки, спорок із старого пальта - загалом все, що годиться для використання як прокладка. Найпростіше - це захоплення з дому кожному по ковдрі на кожен намет. В деяких випадках замість цього роблять підстилку, зазвичай з ялинового, яке укладають під підлогу намету перед тим, як його встановити. Був час, коли таку підстилку робили майже всі туристичні групи. В даний час, коли туризм набув масового характеру, використання ялинового гілля для установки наметів стало явищем небажаним, і зараз застосування хвойної підстилки вважається виправданим тільки при зимових польових нічлігах.

звичними колготками. Тим часом нога, не захищена шкарпеткою, легко натирається від незначних дефектів взуття, які в шкарпетці не відчуються. Дрібне сміття, камінчики, окремі хвоїнки, пил, що скачується під дією поту в грудочки, можуть викликати роздратування і натирання шкіри на нозі, не захищеної шкарпеткою. Колготки, звичайно, захищають ногу не гірше, ніж шкарпетки, але їх незручно міняти, якщо вони промокнуть. Шкарпетки в цьому випадку легко зняти і замінити запасними, а ось зміна колготок викликає ускладнення.

Декілька слів про устілки. Треба прийняти за правило, що устілки обов'язкові для

похідного взуття. Краще всього застосовувати повстяні (войлочні) устілки - вони добре вбирають вологу, добре сушаться, при необхідності їх можна навіть прати. Дещо гірше за устілку з тонкої повсті або байки, підшиті на картонну основу. Розмокший картон легко ламається, прати устілки не можна. Найгірші устілки - картонні, обклеєні матерією: вони ломкі, погано вбирають вологу, а якщо намокають, то легко виходять з ладу. Але краще мати такі устілки, ніж ніяких. У тривалому поході слід мати з собою запасні устілки, бажано великого розміру (підрізати їх ніколи не пізно), так само як і декілька пар запасних шнурків.

Î äÿä

переході можна йти в майці і шортах, а до вечора, коли трохи холодає, надягати брюки і сорочку. Трикотажні спортивні краще в похід не брати, трикотажна тканина легко чіпляється за всякі сучки і рветься: брюки - при ходьбі через кущі або густий підлісок, сорочка - при перенесенні дров і суччя.

Обов'язковим в поході є головний убір, який виключає можливість сонячного удару, прикріє голову від дощу. У кожного знайдеться вдома стара кепка, тубетейка, пілотка, панамка, косинка. У свій час досвідчені туристи - чоловіки і жінки - віддавали перевагу над всіма



Найбільш відповідним для походу є одяг спортивного або напівспортивного типу. Влітку в жарку погоду краще всього взяти в похід сорочку, краще 2-з довгими і короткими рукавами і легкі брюки (вільні джинси або спортивні), а до них - шорти і майку. Для одноденного походу цього досить. На денному

бажано, щоб на перших порах контроль за часом здійснював не один, а дві людини: юні туристи, як вже мовилося вище, на початку дня часто забувають про необхідність робити привали. Крім цього, контроль за часом дозволяє по кількості зроблених переходів судити про пройдену відстань. Звичка стежити за часом і співвідносити його з пройденою відстанню поступово приводить до вироблення відчуття темпу руху, який у свою чергу істотно допомагає людині в орієнтуванні на місцевості, про що вже йшла мова раніше. І нарешті, стежити за часом треба для того, щоб максимально використовувати для відпочинку десятихвилинні привали. Річ у тому, що повноцінність цього відпочинку залежить не тільки від своєчасності привалів, але і багато в чому від правильності вибору місця для них. Іншого разу є сенс зупинитися на декілька хвилин раніше, ніж передбачалося, або, навпаки, пройти трохи довше, щоб знайти хороше місце для відпочинку.

Безглуздо, наприклад, в жаркий літній день зупиняти групу на привал у відкритому місці під пекучими променями сонця. Після такого «відпочинку» учасники

групи тільки розкиснуть, стануть млявими і йти стане важче. У холодну пору року головною вимогою до місця привалу є його захищеність від вітру. Влітку в жарі, навпаки, вітерець бажаний, але, головне, треба, щоб була тінь. А ось наявність води, всупереч думці багатьох початкуючих мандрівників, зовсім не обов'язкова і, більш того, зазвичай небажана. Чому так, буде сказано в наступному розділі. Все це означає, що під час переходу потрібно враховувати час чергового привалу і заздалегідь прикидати, де краще зупинити групу на відпочинок. Тому не випадково хронометраж руху по маршруту стає все більш популярним.



збільшується, в похідній колоні з'являється розрив, який важко ліквідувати. Направляючий повинен не тільки підтримувати рівномірний темп, але і стежити за групою, частіше озиратися назад, не допускати утворення розривів.

Доручати вибір шляху направляючому, можна тільки тоді, коли він вміє добре орієнтуватися і правильно вести групу. Якщо ж він хороший ходок, але орієнтується на місцевості слабо, то в групі виділяється ще і ведучий, який йде з компасом і з картою відразу за направляючим, вказуючи йому напрям руху.

В колоні обов'язково призначається призначається замикаючий групи. Найчастіше це другий по силі і досвідченості турист в групі. У нього в рюкзаку зазвичай знаходяться аптечка і ремонтний набір, він завжди повинен бути готовим надати необхідну допомогу. А головне його завдання - тримати в полі зору всю групу і не допускати, щоб хто-небудь залишався позаду нього. Саме він відповідає за те, щоб ніхто не відстав і не загубився. Ось тепер ми підійшли ще до одного туристичного правила. Група

Одїііі аòðàæ дббб

Під час переходу рекомендується стежити за часом по годиннику. Перш за все це потрібно для того, щоб точно



повинна рухатися в певному порядку, а не в випадковому. Неправильно поступають туристи, які вирішують, що хай всі йдуть, хто як хоче. Це не сприятиме успішному походу. Потрібно заздалегідь подумати, хто з учасників краще справиться з обов'язками що направляючого і замикаючого, а перед виходом на маршрут оголосити це для всієї групи. Під час переходу треба проводити перестановки в групі, якщо кому-небудь починає важко йти. А що ж робить під час переходу керівник групи? Головне його завдання - забезпечити загальний порядок в русі по маршруту групі. Тому він може взяти на себе будь-який корисний для групи обов'язок.

дотримувати періодичність десятихвилинних привалів. Краще всього це доручити що направляючому. Але

головними уборами косинці, перенісши цей звичай з тайгових походів - нею обв'язують вуха і шию, рятуючись від комарів і гнусу. Багато хто зберігає цю традицію і донині, хоча засоби, що з'явилися у продажу, відлякують комарів, позбавили косинку її колишнього утилітарного сенсу.

Інезабудьте купальний костюм. Після купання обов'язково треба переодягнутися. Навіть якщо плавки залишилися після купання тільки трохи сирими, вони можуть сильно натерти ногу паху. На випадок купання добре мати також рушник.

У одноденний похід на випадок дощу рекомендують брати з собою плащ. Але в жаркий час, при хорошому прогнозі погоди це недоцільно. Короткочасні прогнози зараз зазвичай бувають достатньо точними. Ну, а якщо всупереч прогнозу все ж таки піде дощ, то швидше за все він буде короткочасним і його неважко перечекати під ялинкою. Слід пам'ятати, що звичайні зараз хлорвінілові і поліетиленові плащі виготовляють з розрахунку на міські умови. У поході вони легко рвуться, зачепившись об будь-який сучок, або розповзаються по швах при невеликому навантаженні, коли, наприклад, людина енергійно потягне руку, а плащ придавлений до плеча лямкою рюкзака. Зате ці плащі дуже легкі і в згорнутому вигляді не займають багато місця. Краще

всього, надівши такий плащ, йти не по лісу, а по дорозі або по просіці, де менше можливостей зачепитися за що-небудь. При першій же нагоді його взагалі слід зняти.

Ось, мабуть, і весь одяг, який слід мати для одноденного походу на випадок жаркої погоди. У випадку, якщо літо прохолодне, якщо погода нестійка або вранці і вечорам буває значно холодніше, ніж вдень (це часто спостерігається в червні і вересні), то до перерахованого одягу слід додати куртку з якоїсь щільної тканини і замінити сатинові або трикотажні брюки теж якимись щільнішими. Краще всього для цього підходить штормовий костюм, який використовується туристами в дальніх походах, а також в альпінізмі. Він виготовляється з щільної матерії - перкалі, плащ-палаточної тканини, який не продувається. Іноді в довідниках і керівництві зустрічається вказівка, що штормовка (так зазвичай називають цей костюм туристи і альпіністи) не промокає під дощем. Це невірно. Промокає, хоча якщо нова, то не відразу. Але головна її перевага полягає в тому, що вона дуже швидко сохне, особливо на вітрі. Причому, навіть будучи мокрою, така куртка продовжує захищати від вітру. Нерідко, наприклад, восени, коли дощ часто зміюється холодним вітром, досвідчений

турист не знімає з себе промоклу штормовку, знаючи, що інший одяг продуватиметься, а штормовка захистить від вітру і сама помалу висохне. Крім того, штормовка - це костюм, спеціально призначений для похідних умов, і тому він має цілий ряд деталей, що створюють його власникові багато дрібних зручностей в порівнянні з іншим одягом: є відкидний капюшон, по периметру капюшона втягнутий шнурок, що дозволяє за бажанням щільного притискувати його до обличчя. На плечах, з боку спини, там, де більше всього намокає куртка, вставлений подвійний шар тканини. У рукави вшита сатинова муфта з отвором, по краях якого вдіта гумка, тому вітер не задуває в рукави. Уздовж одного з бортів куртки зроблений клапан, так що в пах не задуває вітер. Брюки мають кишеню, зручну для фотоапарата, польового щоденника і так далі. Взагалі потрібно сказати, що кишень на штормовці достатньо багато, вони зручні за розміром, фасоном і розміщенням. Штормовка достатньо простора, під неї можна надіти теплі речі, аж до ватника і ватяних брюк. Штормовка давно отримала загальне визнання в дальніх туристських походах - як літніх, так і зимових.

У мисливських магазинах можна придбати так звані мисливські куртки. Це трохи



спрощений варіант шторм-куртки (зняті верхні кишені, прибрані муфти з рукавів). Така куртка також цілком підходить для походу. Увійшли до вжитку і завжди є в магазинах робочі брюки, що отримали назву тейлорських. Правда, у них незручні накладні кишені, в які мало що можна покласти, а те, що поклали, легко вискакує. Вони дуже вузькі - зняти їх можна тільки без взуття. Загалом для походу в прохолодну погоду можна взяти будь-які щільні брюки, краще з гумками в нижній частині штанин. Добре мати приблизно таку ж куртку - плотну, яка застібається доверху.

Навесні, восени, а також в тривалих походах треба мати з собою шерстяний светр або спортивний костюм, але не трикотажний, а шерстяний. Краще мати светр із закритими грудьми. Якщо похід здійснюється з ночівлею, то бажано мати спеціальний одяг для сну: пару

поступає по іншому. Знаючи, що підходить час привалу, він намічає попереду зручне місце для відпочинку і останні півкілометра йде зі всією швидкістю, на яку він тільки здатний, імітуючи фінішний ривок спортсмена на біговій доріжці. Крім того що такі ривки з подальшою раптовою зупинкою зовсім не корисні для самого направляючого і тих туристів, які підтримали його ривок, відбувається ще наступне. Слабші учасники негайно виявляються далеко позаду. Вид товаришів, які стрімко йдуть вперед, діє на них пригноблююче. Втома починає

здаватися непереборною, і їх темп руху ще більше сповільнюється. В результаті до місця привалу вони приходять на 3 - 5 хвилин пізніше за інших. Ці хвилини вони знаходяться в русі, тоді як їх сильніші товариші відпочивають. Тим часом рівно через 10 хвилин після фінішу передової групи лунає команда на вихід. Виходить, що найбільш слабкі учасники походу, більше інших що потребують відпочинку, систематично отримують для відпочинку на 30 - 50% менше часу, ніж решта учасників. Втома нарастає стрімко, відставання слабких від решти товаришів



вантажу, щоб це не виглядало прямим підкресленням чиєїсь слабкості. Краще, якщо у слабших не просто візьмуть частину вантажу, а обміняють важкі речі на більш легші, але об'ємніші. Так з вигляду їх рюкзаки не виглядають порожніми. Добре, якщо перерозподілом вантажу будуть охоплені не тільки «слабаки», але і одін-двоє з чолові середньої сили. Тоді легко представити справу так, ніби то перерозподіл вантажу викликаний по якихось інших причинах. В

Òòî çà èèì éää

У поході зовсім не байдуже, хто за ким йде. Щоб вся група під час переходу тримала темп по слабших товаришах, їх зазвичай, ставлять в голову колони, відразу після направляючого. Йдучи позаду, сильні туристи не відстануть від групи.

Розрив групи під час переходу може статись не тільки із-за нерівності сил, але іноді із-за помилок, які допускає направляючий.

Група підходить до якоїсь перешкоди. Це може бути завал, струмок з перекинутою колодою, дерево, що впало, яр. Не завжди ця перешкода може бути складною або небезпечною, але будь-яка перешкода уповільнює рух. Поки направляючий перебирається через неї, вся група стоїть позаду і чекає. Якщо

крайньому випадку такі дії краще мотивувати необхідністю завантажити сильних, щоб вони не рвалися вперед. В деяких випадках для зменшення втоми буває корисно дати людині декілька шматків цукру. Цукор - швидкозасвоюваний вуглевод. Поживні речовини починають поступати до м'язів буквально через декілька хвилин. Досвідчені мандрівники перед важким переходом дуже часто беруть в кишеню по декілька шматків цукру. Цей звичай не погано б засвоїти також і юним туристам.

направляючий, після того, як подолає перешкоду, відразу ж продовжує йти в попередньому темпі, забуваючи, що останнім теж потрібен час на подолання перешкоди, то група неминує розірветься. Перших декілька чоловік зазвичай встигають «піднажати» і наздогнати що направляючого, а ті що йдуть позаду відразу ж виявляються далеко відстаючими.

Є ще одна типова помилка направляючого. Як вже говорилося, перед зупинкою на короткий десятихвилинний привал, треба почати поступово знижувати темп. Це дає можливість слабшим учасникам підтягтися, щоб перед зупинкою на привал весь загін утворився в одну компактную групу. Недосвідчений направляючий

білизни, спортивний костюм. Дуже зручний для ночівлі тільник: він довгий (майже до колін), достатньо теплий. Звичайно, до нового потрібні і брюки. У літні не дуже тривалі походи тільника іноді беруть замість светра. Деякі туристи стверджують, що спати можна в тому ж одязі, в якому йдеш. Звичайно, можна. Але навряд чи потрібно. По-перше, це не дуже гігієнічно, по-друге, не завжди зручно, оскільки одяг може бути вологим або мокрим після дощу або вечірньої роси. Звичайно, цей одяг можна спробувати просушити, але це - нова заготовка дров, затягування відбою і так далі. По-третє, виникає питання: а навіщо взагалі це треба? Що цим досягається? Супротивники другої пари одягу мотивують це тим, що турист повинен боротися за максимальне зменшення ваги рюкзака. Це міркування правильне лише формально, а по суті виходить наступне.



У порівняно коротких походах турист не несе такий важкий вантаж, щоб потрібно було економити буквально на всьому. Вага трикотажної білизни або бавовняного костюма істотно не відчуватиметься в рюкзаку, який і без того неважкий. А в дальній тривалій подорожі, коли можна чекати неодноразової зміни погоди протягом походу, зайва пара одягу одночасно служить резервом на випадок похолодання.

Для походів глибокою восени або ранньою весною туристи часто беруть з собою ватник, хутряну безрукавку або ще що-небудь подібне. Якщо можна, краще обійтись зайвою курткою, светром, запасною парою легких курток на поролоні або інших синтетичних матеріалах, але по теплоті вони поступаються доброму старому ватнику. Загалом, збираючись в похід вперше (а перший похід - зто зазвичай одноденний похід) або після довгої перерви, не треба боятися захопити зайву пару одягу і взуття. Наступного разу вже буде ясно, що було взяте зайве, можливо, потрібно буде щось замінити.

Так, уточнюючи свою екіпіровку від походу до походу, можна поступово навчитися правильно одягатися згідно погоді і сезону - мати все необхідне і нічого зайвого.

Nĩäëüíä nĩ íðyæäí ü

До спального спорядження відноситься перш за все ковдра. Вона повинна бути теплою і легкою.

Краще всього цим вимогам відповідають легкі шерстяні ковдри. Байкові ковдри теж зазвичай легкі, але вони не такі теплі. Їх варто брати з собою тільки в теплу пору року. Ватяні ковдри в походах практично не використовуються: вони дуже важкі і займають багато місця в рюкзаку. Крім того, ковдра повинна бути достатньо великою, щоб вона накривала і ноги і плечі. Бажано, щоб нею можна було сховатися з головою. На ночівлю кожен з туристів завертається в окрему ковдру, або одна із ковдр стелеться в наметі на підлогу, а тими що залишилися - накриваються. Зазвичай в наметі сплять четверо. Тоді тим, хто спить по краях, дають по окремій ковдрі, а тим, хто в середині, одна ковдра на двох. І всі четверо сплять на ковдрі що лежить внизу. Коли погода достатньо тепла, вниз стелять тонку ковдру, коли ніч прохолодна - щільнішу. Спати посередині завжди тепліше, ніж з краю. Значить, тим, хто лягає в середину, можна дати легку ковдру, та зате вона повинна бути широкою: під нею спатимуть двоє. Тим, хто лягає з краю, треба дати ковдри потепліші. У середину зазвичай кладуть тих, хто слабший або

молодший, хто особливо втомився або промок, хто не зовсім здоровий.

Замість ковдри в похід можна взяти спальний мішок. Правда, влітку спати в нім дуже душно і жарко, і тому краще брати з собою не мішок, а ковдру. У прохолодну ж погоду, особливо восени і весною, краще брати спальний мішок. Відомо, що в мішку спати взагалі значно тепліше, ніж спати накрившись, навіть якщо в обох випадках використовується один і той же матеріал. Це добре знають досвідчені туристи. У тих випадках, коли їх застає в поході сильне похолодання, вони перетворюють свої ковдри на спальні мішки, пришиваючи дониз гудзики з петлями, тасьомками, а найчастіше - просто зшиваючи по краях. Після походу зшиті місця можна акуратно розпороти. Найбільш зручні для літніх походів легкі спальні мішки, з ватиною прокладкою і застібкою-блискавкою по периметру: розщібнув блискавку - перед тобою ковдра; застібнув - знову спальний мішок. Такі мішки-ковдри можна сполучати по два, по три і т.д. у один

темپ поступово, і потім перед зупинкою на привал треба за 3 - 5 хвилин почати поступово знижувати темп, щоб перевести серце і легені на спокійніший режим роботи. Не треба думати, що можна відпочивати на ходу, уповільнюючи рух на якийсь час. Якщо група дуже втомилася, краще зробити позачерговий привал, ніж переходити на нерівномірний темп. Тому перша вимога до направляючого - вміти тримати рівномірний темп.

Якщо в поході вкрай небажаний нерівномірний темп руху, то біг взагалі недопустимий. Буває що юні туристи, відставши з якоїсь причини від групи, іноді намагаються наздогнати товаришів, що йдуть попереду, бігом. Ще гірше, коли хтось намагається набрати квітів або ягід по ходу руху і, щоб не відстати, по багато раз наздоганяє групу бігом. Якщо в дорозі попадається сунична поляна або всіяний квітами луг, краще попросити керівника зробити невеликий привал. Керівник завжди погодиться на такий

Çäääíðàæäí ü ðrêçäëä

Не треба забувати і про такий спосіб зрівнювання сил в групі, як різне завантаження рюкзаків. Правда, вдаючись до цього заходу, керівник повинен дотримувати максимальну тактовність. Дуже часто туристи, які слабші за своїх товаришів, протестують при спробах

привал, якщо немає якихось дуже вагомих причин проти цього.

Не можна розтягувати шеренгу групи під час переходу. Нерідко можна бачити, як група з 10 - 15 чоловік розтягується на кілометр і більше: ті, хто сильніший - пішли вперед, хто слабший - безнадійно відстали, люди бредуть групками по 2 - 3 людини. Така розтягнута група, практично некерована. У дальньому поході це може привести до нещасних випадків. Та і в недільному поході так може хто-небудь відстати, відбитися від групи, після чого доведеться вести пошуки і весь маршрут буде зірваний. Потрібно пам'ятати туристичний закон: група в русі рівняється на слабких. Багато юних туристів, відправляючись в похід, переконані, що тут як на змаганнях: сильні повинні «викладатися», щоб задавати хороший темп, а слабкі - що є сили тягнутися за ними. У поході це приведе тільки до розриву групи, на управління якої піде стільки часу, що збільшенням швидкості руху сильних це не відшкодується.

забрати у них частину вантажу через те, що керівник, віддаючи своє розпорядження, якимсь чином зачепив їх самолюбність. Якщо керівник бачить, що в групі з'явилися відстаючі, не треба поспішати віддавати наказ, щоб розвантажити їх. Треба подумати про те, як провести перерозподіл

І джә і 3çàö3ү дóóó

òàìï дóóó

Тепер поговоримо про те, як правильно йти в поході. Всупереч думки більшості, це теж треба вміти. Ось кілька практичних порад.

Під час руху не рекомендується співати. Образ туриста, що весело крокує з рюкзаком і виспівує завзяту пісеньку, створений людьми, що зовсім не знають туризму. Справжній турист ніколи не заспіває на ходу. Пісня збиває дихання, і тому відразу стає важче йти. А як же знамениті туристичні пісні? Їх співають ввечері біля багаття, коли всі справи закінчено, поспішати нікуди і є час тихо посидіти, подивитися на зірки, на іскри, що летять в темноту, помріяти і поспівати.

Не слід нехтувати привалами. Дуже часто юні туристи, вийшовши в похід, йдуть 3 - 4 години без зупинки і в результаті передчасного вибиваються з сил. Короткі десятихвилинні привали обов'язкові під час денного переходу, навіть якщо туристам здається, що вони зовсім не втомилися. Дорослі туристи зазвичай роблять такі привали кожну годину: 50 хвилин йдуть, 10 хвилин відпочивають. Юним туристам, особливо новачкам, можна робити їх і частіше,

хвилин через 40 - 45, а якщо дуже важко йти, то на перших порах навіть через кожні півгодини. Такі короткі привали зберігають сили, і турист без особливих зусиль може бути в русі 8 - 9 годин. Десятихвилинні привали повинні повністю використовуватися для відпочинку. Боротися з втомою потрібно не тоді, коли вона прийшла, а до її настання. Крім чергових десятихвилинних привалів, на першому переході через 15 хвилин після виходу рекомендується позачерговий короткий привал. За цих 15 хвилин зазвичай з'ясовується, що у кого-небудь в групі або незручно укладений рюкзак, або натирає ногу черевик, або треба зняти светр, тому що жарко йти. Одним словом, цей привал потрібний для усунення дрібних несправностей в екіпіровці.

Треба стежити також темпом руху. Це дуже важливо. Ніщо, мабуть, так не втомлює туриста, як «рвучкий», нерівномірний темп, коли направляючий то плентається ледве-ледве, то раптом робить ривок, а потім знову зменшує темп. Йти потрібно по можливості з однією швидкістю, хіба що, виходячи з привалу, можна декілька хвилин рухатися повільніше, ніж зазвичай, щоб увійти в звичний

просторий спальний мішок. Спати в такому груповому спальному мішку значно тепліше, ніж в одинарному. Достойнства їх приблизно однакові, вага - близько 2 кг.

Інший поширений тип спального мішка - ватяний, стьобаний, з отвором по довжині, який закривається клапаном на гудзиках або кльовантах. Зверху ватяний шар покритий сатином, знизу - брезентом. Мішок робиться дещо довший за людський зріст, тому за бажанням в нього можна сховатися з головою. Залізаючи в мішок, спочатку просовують в отвір ноги і просувають їх до упору у вузьку частину мішка. Потім в лежачому або сидячому положенні натягують мішок на плечі і, якщо треба, на голову. Далі, вже в лежачому положенні, застібають зсередини клапан, що закриває отвір спального мішка. Мішок цього типу теплий, але, на жаль, важкий. Його вагу складає 4 - 5 кг. До всіх типів спальних мішків дуже корисно мати вкладиш-простирадло. Перш за все, на користь його говорять гігієнічні міркування: маючи індивідуальний вкладиш, в нім можна спати роздягнувшись, як вдома. По-друге,

менше брудниться і заношується спальний мішок. Вкладиш можна прати, а спальний мішок не можна. По-третє, з вкладишем тепліше спати. По-четверте, наявність вкладиша дозволяє залежно від погоди по-різному комбінувати спальне приладдя: у жарі можна спати в одному вкладиші; стало прохолодніше - накритися мішком, як ковдрою; стало ще холодніше - улягтися в спальний мішок. Вкладиш іноді продається в комплекті із спальним мішком. Але його можна зшити і самому у формі простого довгастого мішка з будь-якої відповідної тканини.

Крім всього сказаного, до спальних приладів належать надувні матраци і подушки. Гумові надувні матраци добре захищають від вологи знизу, але під ними трохи прохолодно. Тому на них доводиться що-небудь постилати зверху. Крім того, людина, спляча на матраці, не стикається із сплячим сусідом, цьому перешкоджають надуті бортові секції матраца. А спати





одному холодніше. Як правило, без цих матраців завжди можна обійтися. Крім того, вони досить важкі і займають багато місця в наметі. Якщо не користуватися матрацами, то в наметі можна розмістити, як мінімум, на одну людину більше. У разі ж, коли

за умовами погоди або сезону в поході бажано мати ізолюючу підстилку, багато хто вважає за краще використовувати поролонові килимки (карімати). Якщо в поході все ж таки опиняться надувні

матраци, то краще користуватися ними. Надувши матрац, потрібно спробувати, як на нім лежати, приспустити повітря, знову спробувати, якщо треба - небагато поддути. Надувні подушки теж слід вважати не обов'язковим для походу предметом. Для узголів'я, як правило, з успіхом використовується запасний одяг, рюкзак.

Бê îðàâëëüî ç³áðàðè ððêàè

Правильно вибрати і укласти рюкзак повинен уміти кожен, хто збирається в похід. Як це зробити? Ось ряд корисних порад.

Вибираючи рюкзак, треба перш за все подивитися, щоб він був достатньо містким. Багато хто з рюкзаків такі малі, що придатні тільки для недільних походів. Краще вибрати рюкзак з вшитим дном - він і більше місткий і зручніший при перенесенні. Потрібно, щоб у нього були широкі лямки. Вузькі лямки боляче ріжуть плечі, від них порушується кровообіг і затікають руки. Якщо лямки вузькі, їх потрібно підшити повстю, фетром або, нарешті,

зшити вузький довгий мішечок, укласти туди вату і прошити. Вийде щось наподобі довгої плоскої подушки. Якщо ж замість плоскої подушечки вийде круглий валик, то це може опинитися ще гірше, ніж зовсім не підшиті лямки. Але підшивання лямок вимагає часу, та і відповідний матеріал не завжди відразу знаходиться. Якщо рюкзак з вузькими лялками достатньо важкий, то через годину-півтору натерті плечі почнуть нагадувати про себе. Що робити? Не зупиняти ж рух всієї групи і займатися підшиванням лямок? Вихід дуже простий. Треба дістати з рюкзака що-небудь з одягу - сорочку,

Äðáíèð³

Для колективного користування відносяться перш за все сірники. Далі - електричні ліхтарі. Їх бажано мати по одному на намет, а для тривалих походів - із запасними батареями. Іноді їх можна замінити свічками. Сюди ж відноситься польова сумка або планшетка, де зберігаються маршрутні документи, картографічні матеріали, папір, калька, олівці, зошит або блокнот, в якому ведеться щоденник походу, транспортир, курвіметр, крокомір,

годинник, компас. Далі - риболовні снасті, шматок господарського мила, мазь для просочення взуття (для тривалих походів). І нарешті, у випадку, якщо група виконує наукові або краєзнавчі завдання, потрібно мати дещо із спеціального спорядження: прилади, визначники, спеціальні бланки для запису результатів і так далі. Не всі перераховані предмети однаково важливі для походу, але складаючи список спорядження, не можна упускати їх із виду.



Ðà ì í ò ò í è è í á á ð

Ремонтний набір, так само як і аптечку, бажано мати в кожному поході.

Правда, для невеликих за чисельністю груп, що відправляються на недільний вихід, він може бути мінімальним: гумка (для спортивних брюк, трусів і т.п.), декілька англійських шпильок, голки з нитками - це, мабуть, все, чим можна обійтися.

Якщо група велика, слід захопити з собою сильні нитки з товстими голками і шило: досить часто трапляється, що у когось з туристів обриваються лямки рюкзака. Для триваліших походів список ремонтного набору збільшується. Тут вже слід мати запасні гудзики різних розмірів (у одноденному поході гудзик, що відірвався, можна замінити англійською шпилькою), невеликі пасатижі або плоскогубці (на випадок необхідності лагодити взуття), штопку, метрів 8 - 10 кіперної стрічки (вона у разі потреби може замінити відтяжку у намету, мотузок в горловині рюкзака, шнурки на черевиках і т. д.), клей для приклеювання латок на одяг, шматочки тканини для тих же латок, ножиці, катушку широкого лейкопластиря або невеликий моток ізоляційної стрічки або скотч, а також близько метра товстого дроту для всіляких лагоджень. У тривалих походах корисно мати також тригранний напилек і брусок для правки сокир.



куртку, майку, акуратно скласти кілька разів і підкласти на плечі під лямки.

Для великих походів (7 - 10 днів і більш) хороші альпіністські і мисливські рюкзаки, з ушитим дном, двома бічними і однією задньою кишенею. Лямки у них, як правило, достатньо широкі. Багато незручностей в дорозі можуть доставити неправильно підігнані лямки. Дуже короткі вріжуться в плечі, та і рюкзак можуть підняти так, що він позбудеться опори на поясниці. Дуже довгі опустять рюкзак вниз - це теж незручно. Досвідчений турист відразу відчує, хороші лямки чи ні, а новачкові рекомендується, уклавши рюкзак, обов'язково спробувати кілька разів укоротити і подовжити, лямки, щоб підібрати найбільш зручну для себе довжину. Груба фактура брезенту рюкзака, а особливо лямок часто викликає роздратування шкіри плечей і спини, яке потім легко переходить в потертості, тому одягати рюкзак на голе тіло не рекомендується.

Вкладання речей в рюкзак - дуже важливе уміння і, до речі кажучи, зовсім не таке просте, як це здається на перший погляд. Перш за все треба твердо запам'ятати, що всі речі повинні бути в рюкзаку.

Тим часом нерідко доводиться бачити в поході туристів, що несуть в руках намети, відра або господарські сітки. Руки повинні бути вільні від вантажу для того, щоб користуватися компасом, щоб вийняти карту або блокнот, щоб відвести вітки, коли йдеш по лісу, щоб дотримуватися або страхуватися при подоланні перешкод, що зустрічаються в поході, нарешті, щоб при необхідності подати руку товаришеві. Майже всі розуміють, що, збираючи рюкзак,

треба перш за все укласти до спини м'які речі - ковдру, куртку, светр і так далі. Але далеко не всі знають, що мало розстелити їх рівномірно уздовж всієї спини. Треба, щоб внизу спини утворився невеликий м'який валик. Тоді вага вантажу розподілиться між плечима і поясницею. Інакше рюкзак сильно відтягуватиме плечі. Іноді недосвідчені туристи набивають рюкзак так, що він стає схожим на кулю. Нести такий рюкзак дуже незручно - місця зіткнення із спиною дуже мало. Треба старатися, щоб рюкзак широко прилягав до спини. Тому важливо стежити за тим, щоб речі в середній частині не займали за об'ємом більше місця,



ніж в нижній і верхній, тоді рюкзак не набуває кулястої форми. Іноді буває, що кулясту форму рюкзак приймає через те, що залишилися незаповненими нижні кути рюкзака, до яких кріпляться лямки. Тоді туди можна покласти якісь дрібні м'які речі - запасні шкарпетки, наприклад. Але буває і таке: рюкзак укладений начебто правильно, а все одно вийшов схожим на надутий м'яч. В цьому випадку достатньо небагато прим'яти його коліном або побити рукою в середній частині, і він прийме потрібну форму. Дуже часто рюкзак буває незручним для перенесення із-за невмілого розподілу тяжкості усередині рюкзака. Поки турист не набув досвіду в укладанні рюкзака, можна скористатися наступними порадами: важкі речі краще класти вниз, а не зверху і ближче до спини, а не до зовні (звичайно, не забуваючи про м'яку прокладку уздовж спини). Якщо в рюкзаку залишається порожнє місце, то вільний простір слід заповнювати, укладаючи речі одине на одного,

щоб рюкзак «ріс» вгору, а не завширшки. Укладаючи рюкзак, треба пам'ятати, що в результаті трясіння, що виникає при ходьбі, нещільно укладені речі починають зміщуватися. Це один з типових випадків. Каструля або відро, що знаходяться в рюкзаку, в нижній частині досить щільно обкладені речами, а у верхній порівняно вільно. Через деякий час верхня частина відра почне завалюватися назад і край дна вріжеться в спину туристові. Це ж може відбутися з пачками цукру, поставленими вертикально, сокирами і так далі. Щоб нічого подібного не відбувалося, треба дотримувати два правила. По-перше, прагнути укласти речі, враховуючи їх центр тяжіння, так, щоб предмети при ходьбі не зміщувалися. Скажімо, в приведенному прикладі відро можна було б покласти горизонтально. По-друге, треба укласти речі так, щоб вони розпирали один одного, взаємно утримуючись в доданому положенні. Не треба боятися туго набивати рюкзак і засовувати деякі речі, докладаючи зусилля. Зовні добре видно, де брезент рюкзака натягнутий і нічого більше не поміститься, а куди можна покласти ще що-небудь.

Якщо в рюкзаку не вистачає місця і доводиться деякі речі прив'язувати зовні, їх краще кріпити поверх рюкзака, скажімо, під клапаном, або знизу під дном рюкзака. Тим часом багато туристів в поході прагнуть

з трьох каструль, які поміщаються одна в іншу, кожна з яких нагадує формою солдатський казанок, але має збільшені розміри. Щоб довго не чистити посуд від кіптяви на кожному привалі, слід завести для каструль і відер матерчаті чохли. У таких чохлах посуд зручно переноситься всередині рюкзака.

Деякі туристи вважають потрібними брати в похід мочалку або поролонову губку для миття посуду. Мабуть, це не обов'язково. А ось мочалку з тонкого дроту, узяти з собою варто. На вогнищі досить часто пригорає їжа, і відчистити потім посуд без дротяної мочалки буває важко.

Бажано мати в поході ополоник (розливну ложку). Звичайно, його можна замінити і кухлем, але кухоль потім треба ретельно мити, перш ніж з нього можна буде пити чай. Якщо довга ручка ополоника заважає при укладанні в рюкзак, її можна без зусиль укоротити до



бажаного розміру.

Дуже бажано також мати в поході клейонку, розміром приблизно 1х1 м, на якій розкладатимуть хліб, ковбасу, цукор, одним словом - «сервірувати стіл».

Якщо ні у кого з учасників походу немає ножа з лезом для розтину консервів, то треба узяти в похід консервний ніж; відкривати банки звичайним ножом або сокирою не слід, щоб не зіпсувати ніж або сокиру.

Досвідчені туристи, чергуючи біля багаття, зазвичай досить вправно можуть пересунути або зняти посуд, накрити кришкою або прибрати його, користуючись невеликою палицею. Проте юним туристам, що не мають ще похідних навиків, рекомендується брати в похід пару брезентових рукавиць. До предметів, що забезпечують приготування їжі, відносяться також гаки для підвішування відер і каструль, металеві рогульки, саморобні тагани, трос.





алюмінієві. Оцинковані відра не рекомендується брати із-за небезпеки отруєння, а емальовані - через те, що при нерівномірному нагріванні на вогні емаль може порепатися і її шматочки можуть потрапити в їжу.

Добре, якщо є можливість підібрати до відер кришки. Алюмінієві казани з треногами, призначені для туристів, краще не брати в походи. По-перше, на тренозі можна підвісити тільки один казан: тому для приготування обіду з трьох блюд треба розводити три окремі вогнища. По-друге, висота треноги настільки мала, що вогнище можливо підтримувати тільки дрібними суччям, дещо крупніші дрова вже не підходять. Це означає, що не можна розвести більш менш сильний вогонь, у якого в холодний час можна сушитися, грітися і одночасно готувати їжу. У казані зроблено сферичне



дно: тому при знесенні з вогню на землю він легко перекидається. Добре, якщо при цьому ніхто не опариться і справа закінчиться тільки пропавшою їжею. Нарешті, тренога досить довго остигає і незручна для перенесення в рюкзаку. Коротше кажучи, звичайний господарський посуд значно краще підходить до умов походу, чим туристичні казани з треногами.

Найбільш зручний в поході саморобний посуд. Досвідчені туристи після численних проб прийшли до єдиної думки, що краще всього в поході мати набір



укріпити їх, чіпляючи до клапанів і застібок зовнішні кишені. У такому положенні навіть порожнє відро почне сильно відтягувати рюкзак і він здаватиметься набагато важчим, ніж насправді. Взагалі не слід уникати перенесення речей під клапаном. Туди зручно покласти куртку, сорочку або плащ, щоб вони були під рукою. На перший погляд здається, що ці речі можуть легко випасти звідти. Але ці побоювання не виправдані. Деякі досвідчені туристи вважають за краще укладати речі не прямо в рюкзак, а розміщувати їх (або хоч би частину їх) в окремих мішечках. Скажімо, ковдру і носильні речі

кладуть в один мішок; шкарпетки - в інший, трохи менший; всяка дрібниця - записник, носові хустки - в третій. При подібному укладанні в рюкзаку більше порядку, легко знайти потрібну річ, та і на збори рюкзака йде менше часу. Проте в рюкзаку поміщається менше за речей, ніж при суцільному завантаженні, тому що мішечки не дозволяють повністю використовувати простір між крупними речами.

Нарешті, укладаючи рюкзак, треба мати на увазі, які з речей можуть знадобитися в дорозі або на привалі в першу чергу. Немає сенсу, наприклад, укладати далеко в глиб рюкзака посуд, який знадобиться на денному привалі. Зовнішні кишені рюкзака можна використовувати по-різному. Деякі туристи радять тримати там дрібні речі, які можуть легко загубитися в рюкзаку, наприклад туалетне приладдя або індивідуальний посуд. Інші не рекомендують робити кишені постійним місцем зберігання яких-небудь певних речей, а класти туди те, що може, судячи по обстановці, знадобитися в дорозі. Якщо ми виходимо рано, коли ще прохолодно, але день передбачається жаркий, краще покласти туди кепку, якщо день похмурий - то плащ. Черговий або завідуючий вогнищем покладе туди в непромокальну обгортку сірники і розтоплення, а той, чия черга вести щоденник, покладе його туди разом з олівцем і ножилом.

ï îð³åí³ äð³åíèò³

Після того, як ми розглянули основні частини, індивідуального спорядження туриста (одяг, взуття, спальне приладдя, рюкзак), зупинимось на ряду окремих предметів, так званих дрібницях. Хай тільки це не настроює туриста на те, що в цьому розділі піде мова про другорядні або необов'язкові речі. У поході важлива, як відомо, будь-яка дрібниця.

Отже, перша така дрібниця - сірники. Без сірників не може пройти жоден похід. Втрата сірників в складному поході - це важкий випадок, іноді трагедія.

Далі - індивідуальний посуд. Це кухоль, миска, ложка, ніж. Кухлі і миски краще всього емальовані. Алюмінієвий посуд швидко нагрівається від гарячої їжі, її важко тримати. Пластиковий, пластмасовий і поліетиленовий посуд, ще менше підходить для походу, ніж алюмінієвий. Він теж сильно нагрівається. Невдало узявши в руки таку миску або кухоль, можна вилити її вміст собі на ноги. Дуже добре, якщо при зборах в похід один або дві люди візьмуть з собою по дві ложки. Практика показує, що ложка - це саме той предмет, який турист найчастіше залишає удома або забуває на привалі.

Замість миски в похід можна взяти казанок. Ніж потрібний в

поході не тільки для того, щоб нарізувати хліб або намазати масло. Дуже часто ним потрібно відкрити консерви, наскіпати лучину, вистругати мішалку для каші, яка вариться. Мініатюрні складані ножі не дуже зручні в поході. Хороший ніж, котрий крім основного леза має викрутку, штопор, шило і лезо для відкриття консервів. Потрібно тільки, щоб у ножа було достатньо велике лезо, щоб наскіпати, наприклад, лучину. Зрозуміло, ніж повинен бути перед походом наточений. У невеликих походах ніж не обов'язково мати кожному учаснику; цілком достатньо, якщо він буде у кожного другого або третього. Фляга і термос - предмети, не обов'язкові в поході. У групі новачків взагалі не слід брати їх з собою. Фляга, що висить на поясі, з водою викликає непереборне бажання напиться під час переходів по жарі, а саме цього і не можна робити. Виправдовує себе фляга в походах вихідного дня, глибокою осінню, при виходах з вечора на ніч. Темніє в цей час року рано, і від станції до води доводиться довго йти в повній темноті. Якщо ж всі учасники групи узяли з собою фляги з водою (або

пляшки, що щільно закриваються), то зупинитися на нічліг можна в будь-якому місці,



ï îñöå

До предметів групового спорядження відноситься також посуд для приготування їжі. За винятком одноденних походів, де вирішено обмежитися приготуванням чаю, в похід рекомендується брати три різні ємкості, щоб можна було одночасно готувати на вогнищі перше, друге і третє блюдо. Це можуть бути такі ємкості: - кастроулі, відра або казанки, залежить від чисельного складу групи. Необхідно,

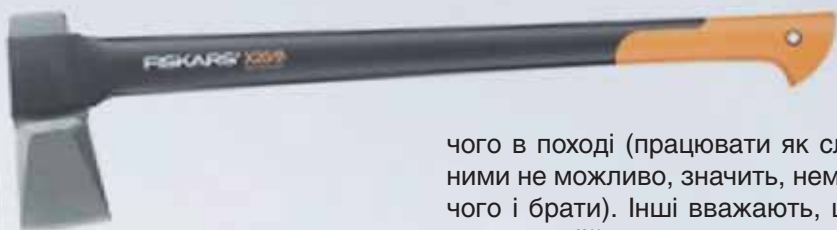
щоб на кожну людину у результаті доводилися 1,5 - 2 л посудної ємкості. Якщо вирішено узяти в похід кастроулі, бажано підібрати їх так, щоб вони могли входити одна в іншу. До них заздалегідь варто пристосувати дротяні дужки для підвішування над вогнем або, краще, металеві ланцюжки, які не заважають вкладати кастроулю в кастроулю. Кастроулі з однією ручкою мало підходять для походу: ручка заважає при укладанні кастроулі в рюкзак, а закріплювати дужку або ланцюжок нема за що. Звичайно, в принципі таку кастроулю можна переобладнати для походу, видаливши ручку

і проробивши отвори для дужок. При перенесенні в рюкзак кастроуля може злегка деформуватися, наприклад якщо хто-небудь сяде на рюкзак під час привалу. Одним словом, додому часто повертається кастроуля, яка втратила колишній вигляд.

Тому рекомендується купувати посуд для варива, який використовуватиметься виключно в походах. Краще всього купувати великі алюмінієві кастроулі. У похід їх беруть обов'язково з кришками - так їжа вариться значно швидше. Дужки потрібно зробити достатньо широкими, щоб вони не заважали закривати кастроулю кришкою.

Для великої туристичної групи буває доцільним взяти в похід не кастроулі, а відра. Краще всього брати відра з білої жерсті або





тільки, що замочування сокири - тимчасова міра. Як тільки топоріще просохне, сокира знову почне гойдатися на нім.

Для перенесення в рюкзак сокира повинна обов'язково зберігатися в чохлі. Чохол можна виготовити, склавши навіпіл шматок товстої шкіри або брезенту і зшивши його або проклепати по краях. Утримується такий чохол на сокирі за допомогою пришитої посередині гумки. Можна зробити чохол з шматка шланга із стінками в 2 - 3 мм завтовшки. На ній робиться подовжній розріз, який не доходить до країв на 2 - 3 см. У цей розріз і вставляється лезо сокири. Такий чохол утримується на сокирі за допомогою гумки, яка одягається поверх чохла. Слід завести тверде правило: знятий з сокири чохол кладеться завжди в одне і те ж місце, найзручніше - в кишеню рюкзака, в якому несли сокиру.

Спірним є питання про використання в поході маленьких сокирок. Думки навіть досвідчених туристів з цього питання розходяться. Одні вважають, що маленькі сокирки взагалі ні до

чого в поході (працювати як слід ними не можливо, значить, немає чого і брати). Інші вважають, що можна обійтися ними одними. На практиці ж все залежить від умов, в яких проходить похід. У великому поході маленькими сокирами, звичайно, не обійдешся. Тут беруть сокири зазвичай з розрахунку один на трьох чоловік і, як правило, тільки великі. Лише іноді одна з цих сокир замінюється маленькою. Досвідчені туристи зазвичай звикають до своєї сокири і беруть її з собою навіть в недільні походи. З іншого боку, в одноденному поході в жарку літню пору, коли навряд чи доведеться рубати що-небудь, окрім хворосту, великі сокири не обов'язкові. У такі походи беруть сокири з розрахунку один на 4 - 5 чоловік і, дійсно, часто обходяться одними маленькими. Чим складніший похід, тим більше потрібно взяти великих сокир, чим він простіший - тим більше маленьких. Багато упереджень проти використання в поході маленьких сокирок засновано на тому, що наявні в продажі сокирки, часто бувають поганої якості.

Найкраще себе зарекомендували так звані мисливські суцільнометалеві сокирки з гумовою рукояткою.

де є дрова. Термос порівняно рідко використовується в походах. По-перше, зберігати щось гаряче в термосі має сенс тільки в холодну пору року. По-друге, термос вимагає дуже дбайливого звернення, оскільки скляна колба усередині термоса легко б'ється. Тому як не принадна перспектива в холодний день, видати всім в середині переходу по стаканчику теплої кави або какао, слід пам'ятати, що швидше за все термос з походу не повернеться.

Туалетне приладдя – рушник, мило, зубна паста і щітка – особливих коментарів не вимагають. Зберігати туалетне приладдя зручно в поліетиленових пакетах. Блокнот – не обов'язкова, але українська бажана річ в поході. Компас зазвичай вважається предметом групового спорядження, але тим, хто хоче по-справжньому займатися туризмом, покупки компаса не уникнути. Фотоапарат теж можна вважати предметом групового спорядження. Проте бере його з будинку і працює з ним зазвичай сам власник. Далі, в число особистих речей включають носові хустки (їх чомусь часто забувають), декілька англійських шпильок, а на тривалий похід – запасні шнурки, устілки і мазь для взуття. Їх, правда, можна узяти не всім учасникам походу.

Далі слідує суто індивідуальні речі. Тим, хто постійно

носити окуляри, слід взяти з собою запасні в жорсткому футлярі. Деякі туристи, іноді беруть з собою щось наподоби маленької індивідуальної аптечки, на випадок якщо хтось може зазнати негуди. Тим, хто порівняно недавно підвернув ногу і боїться повторення цього в поході, слід взяти з собою еластичний бинт; тим, хто легко обгорає на сонці - спеціальну мазь або крем; ті, у кого утворюються задирки, можуть узяти з собою манікюрні ножиці; у кого шкіра на руках тріскається від води - крем.

На закінчення декілька практичних порад. По-перше, все туристичне спорядження слід зберігати вдома в одному місці, щоб при зборах в похід не кидатися по всій квартирі у пошуках будь-якої речі, що загубилася. По-друге, навіть в одноденний похід рюкзак треба укласти напередодні увечері, а не вранці за годину до виходу. У туриста-новачка укладання рюкзак зазвичай може затягнутися на зайві півгодини. По-третє, збирати речі для походу потрібно обов'язково за списком, не покладаючись на свою пам'ять. Список складається за день-два до походу, щоб був час доповнити його, якщо щось не прийшло в голову і виявилось забути. Укладаючи речі, треба контролювати себе за списком, відзначаючи, що узятє, а що - ні.

Äöïîîââ ñîîðÿäæåííÿ

Íàìàò

Зараз в магазинах з'явився великий вибір найрізноманітніших наметів. Односхилі, двосхатні, конусоподібні, з тентом і без нього, з каркасом і без каркаса - коротше кажучи, важко навіть перерахувати всі варіанти. Але проте основним до цих пір залишається один тип туристського намету - брезентовий, безкаркасний, двосхатний намет, що нагадує невеликий будиночок. Такі наші старі вітчизняні намети «полудатки», «памірки» та інші.

«Полудатка» виготовляється найчастіше з плащ-палаточного брезенту, рідше - з водовідштовхувальної тканини. Дах і стінки зроблені з одного матеріалу, підлога - з такого ж, а іноді з важчого брезенту. Залежно від цього вага намету коливається від 5 до 6 кг. Висота намету (від підлоги до верхівки) 1,5 м. Площа підлоги 2х1,5 м. Вважається, що в намет поміщається 3 - 4 людини. Практично в неї можна укласти 4 - 5 чоловік. Якщо ж поставити намет нижче, то іноді вдається укласти і шостого. Правда, в цьому випадку спати в наметі дуже тісно: всі сплять на боці.

Намет «памірка» важить приблизно 3 кг. Підлога і дах виготовляються з прогумованої перкалі, стінки - з водовідштов-



хувальної тканини. Висота намету - 1,2 м, площа підлоги 2х1,3 м. Зазвичай в «памірку» поміщається 4 людини. У разі крайньої необхідності можна улягтися і вп'ятох, але при цьому буде так само тісно, як шестеро в «полудатці». Обидва намети застосовують не тільки туристи, але і альпіністи і, взагалі-то кажучи, вони вважаються альпіністськими. Зараз звичайно ж є безліч найрізноманітніших модифікацій наметів, у тому числі й імпортного виробництва. У кожного з них є свої переваги і недоліки.



Ñîöåðà

Сокира є обов'язковим предметом групового спорядження в будь-якому поході. Краще всього для походу брати справжню теслярську сокиру. Вона достатньо універсальна. Готуючись до походу, треба подивитися, чи вона в порядку. Перш за все сокира не повинна мати щербин, задирок і повинна бути добре наточеною.

Грубе заточування роблять, на наждачному крузі, а потім вістря доводять брусом. Тому, хто сам не вміє цього робити, потрібно віднести сокиру майстерню. При цьому слід попередити майстра, що сокира потрібна для рубки дерев, а не для теслярських робіт. Річ у тому, що для теслярських робіт лезо сокири заточується дуже тонко. Під час рубки дров при ударі по міцних суках на лезі легко можуть з'явитися крупні щербини і сокира вийде з ладу.

Далі, треба подивитися, чи добре сокира посаджена на топорищі. Дуже часто топорища, що продаються в магазинах,



бувають недостатньо висушені, і тому при тривалому зберіганні будинку колись добре насаджена сокира часто починає «гуляти» на топорищі. Працювати такою сокирою небезпечно. Сокиру треба розклинити, забивши дерев'яний або металевий клин в торець топорища. Напрямок розклинювання вибирається залежно від того, в якому напрямі бовтається сокира. Дерев'яний клин потрібно виготовляти з щільної сухої деревини і затесувати не дуже круто, щоб він не вилазив назад. При цьому треба стежити за тим, щоб взаємоположення сокири і топорища не порушилося.

Крім того, треба стежити за тим, щоб сокира не була завален убік. Щоб оцінити це, потрібно піднести перевернуту сокиру до ока і прослідкувати, чи лежать обидва кінці леза і п'ята топорища на одній прямій. Якщо лежать, значить, сокира посаджена правильно, якщо ні - неправильно. Якщо те, що сокира сидить на топорищі нещільно, з'ясувалося тільки напередодні походу, коли вже пізно займатися розклинюванням, її потрібно поставити на ніч у воду. За ніч деревина розбухне, і сокира сяде значно щільніше. Треба пам'ятати