

# СНАРЯЖЕНИЕ В ВЕЛОПОХОДЕ



# снаряжение

←  
личное

→  
общественное

ВАЖНО: оптимальное сочетание веса, качества и комфорта снаряжения



# I личное снаряжение



Необходимость приобретения снаряжения

\*\*\* - обязательно

\*\* - желательно

\* - по желанию

---

I личное снаряжение  
1. велосипед \*\*\*



# I личное снаряжение

## 2. навеска на велосипед



100 р.



300 р.



800 р.



маячок \*\*\* от 150 р.



рога \* от 300 р.

флягодержатель \*\*



---

I личное снаряжение

## 2. навеска на велосипед

СУМКИ \*  
от 400 р.



---

I личное снаряжение

## 2. навеска на велосипед

крылья \*



800 р.



1500 р.

# I личное снаряжение

## 2. навеска на велосипед

крылья \*



2500 р.



300 р.



150 р.





# I личное снаряжение

## 3. багажник \*\*\*



КОНСОЛЬНЫЙ



IBERA

# I личное снаряжение

## 3. багажник \*\*\*



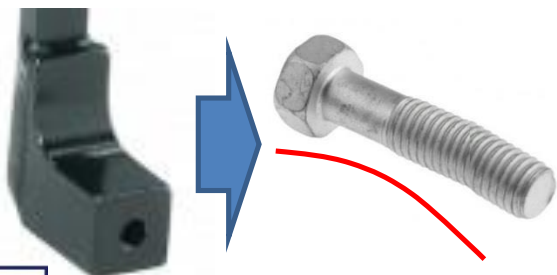
Topeak Super Tourist  
**3000 р**



VLX-RC12  
**1000 р**



Tubus Cargo  
**6000 р**



# I личное снаряжение

## 4. велорюкзак (велоштаны)

\*\*\*

Рекомендуемый объём 60 – 85 литров.



АВЛ и его различные копии  
~ 5000 р.

Снаряжение  
Мираж-80  
~ 5000 р.

ПИК-99 Трек-85  
~ 5000 р.



# I личное снаряжение

## 4. альтернатива велоштанам



герметичные сумки (ortlieb и пр)

байкпакинговые сумки

# I личное снаряжение

## 5. заплечный рюкзак \*

- 10 – 20 литров
- не более 5 кг

Osprey, Deuter, Vaude и пр.



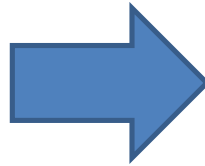
рюкзак-гидраторы  
от 3000 р.

# I личное снаряжение

## б. чехлы



от 1000 р.



чехол на велосипед

\*\*\*

замена мусорными мешками



гермомешки \*\* от 500 р.



чехол на велорюкзак \*



# I личное снаряжение

## 7. фонарь \*\*\*



- 1) налобный
- 2) водонепроницаемый
- 3) с возможностью блокировки
- 4) несколько режимов...  
хотя бы любой налобный!



skillhunt H03f ~ **2500 р**



Яркий Луч «ЕНОТ»  
~ **1000 р.**

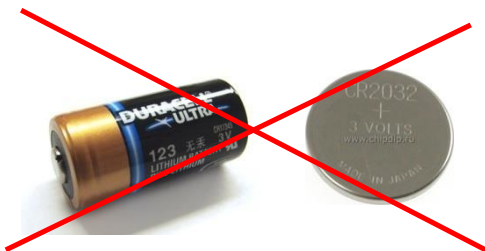


Яркий Луч «JET»  
~ **500 р.**

# I личное снаряжение

## 7. фонарь \*\*\*

### элементы питания



2-3 \* AAA



- + легко докупить батарейку практически везде
- + можно ставить аккумуляторы и литиевые батарейки
- + огромный выбор моделей фонарей
- крайне неэффективны, быстрое падение яркости

1-2 \* AA



- + легко докупить батарейку практически везде
- + можно ставить аккумуляторы и литиевые батарейки
- +/- приемлемая эффективность

1 \* 18650



- ++ очень эффективны, светят в 6,5 раз дольше, чем на одной AA
- + возможна очень высокая яркость, как у фары
- невозможно купить элементы питания на маршруте
- теряют ёмкость на морозе
- в 2 раза тяжелее AA



---

# I личное снаряжение

## 8. спальник \*\*\*



Стандарт EN 13537

**Comfort** – женщина в расслабленной позе спит комфортно

**Limit** – мужчина, свернувшись «калачиком» спит относительно комфортно

**Extreme** – женщина, свернувшись «калачиком» не погибнет от холода, вред здоровью от переохлаждения возможен

# І личное снаряжение

## 8. спальник \*\*\*

Материал	oz/yd2	100 г/m2
Cotton	0,04	0,12
Merino wool	0,08	0,25
Polartec 100, 200, 300 series, Classic micro	0,16	0,48
Polartec Thermal Pro high loft Mid	0,19	0,56
Polartec Thermal Pro high loft Extreme	0,21	0,63
Thermolite	0,30	0,90
Thinsulate	0,33	0,99
Thinsulate Ultra	0,39	1,17
Thermolite Micro	0,51	1,53
Thermolite Pro	0,50	1,50
Primaloft Infinity	0,57	1,71
Thermolite Micro	0,60	1,79
Thermolite Quallo	0,58	1,74
Thermolite Extra	0,58	1,74
Thermolite Extreme	0,65	1,95
Polarguard 3D,	0,63	1,89
Climashield	0,65	1,95
Polarguard Delta	0,68	2,04

Материал	oz/yd2	100 г/m2
Climashield HL	0,68	2,04
Primaloft Eco	0,68	2,04
Exceloft	0,68	2,04
Down (550 fill)	0,70	2,10
Primaloft Synergy	0,73	2,19
Thermic Micro (???)	0,76	2,28
Primaloft Sport (old)	0,79	2,37
Primaloft Sport (CT)	0,82	2,45
Climashield Combat	0,79	2,37
Climashield Apex	0,82	2,46
Coreloft	0,82	2,46
Climashield XP	0,82	2,46
Primaloft One (old)	0,84	2,52
Thinsulate Lite Loft	0,84	2,52
Primaloft One (CT)	0,92	2,76
Down (625 fill)	0,92	2,76
Down (800 fill)	1,68	5,04
Down (850+ fill)	2,53	7,59

**Спальник нельзя хранить в мокром и сжатом состоянии!!**



# I личное снаряжение

## 8. спальник \*\*\*

летний (М)

- 1) Limit **+2**, 205 см  
СПЛАВ «Antris 120» **710 г.** – **6900 р.**
- 2) Limit **+5** 200 см  
Сивера «Гай +5» **680 г.** – **8000 р.**
- 3) Limit **+5** ~210 см  
Декатлон TREK 500 10° **970 г.** – **2500 р.**
- 4) Limit **+5** 205 см  
Deuter «Orbit +5°» **900 г.** – **6600 р.**
- 5) Limit **+3**, 210 см  
Marmot Nanowave 35 **1030 г.** **5200 р.**

летний (F)

- 1) Limit **-2**, 210 см  
Marmot Nanowave 25 **1120 г.** **6100 р.**
- 2) Limit **0**, 205 см  
Deuter Orbit 0° **1400 г.** **5700 р.**
- 3) Limit **-2**, 200 см  
Сивера «Иночь -2» **700 г.** **13200 р.**
- 4) Limit **0**, 200 см  
Сивера «Гай 0» **1080 г.** **8700 р.**

**выбор размера спальника: рост + (20-25) см**



# I личное снаряжение

## 8. спальник \*\*\*

3х сезонные

пуховые

1) Limit **-7**, 200 см

Сивера «Рехтей -7» **1390 г.** **10900 р.**

1) Limit **+4**, 205 см (хол. швы)

СПЛАВ «ADVENTURE L» **540 г.** – **6500 р.**

2) Limit **-5**, ~210 см

Декатлон TREK 500 0° **1670 г.** **4000 р.**

2) Limit **-6.5**, 205 см (тёпл. швы)

СПЛАВ «ADVENTURE C» **830 г.** – **11500 р.**

3) Limit **-5**, 205 см

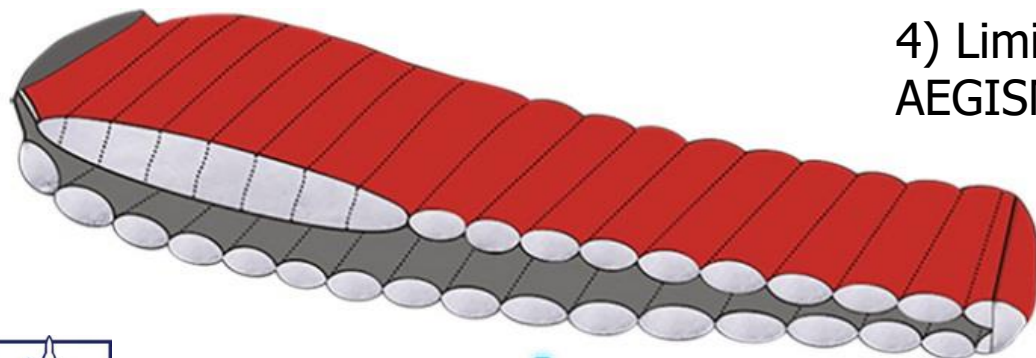
Deuter Orbit -5 **1620 г.** **8000 р.**

3) Limit **-8 (EN)** 210 см (тёпл. швы)

Naturehike ULG400 **860 г.** – **10500 р.**

4) Limit **-2 (EN)** 215 см (тёпл. швы)

AEGISMAX G1L **780 г.** – **7900 р.**



выбор размера спальника: рост + **(20-25) см**

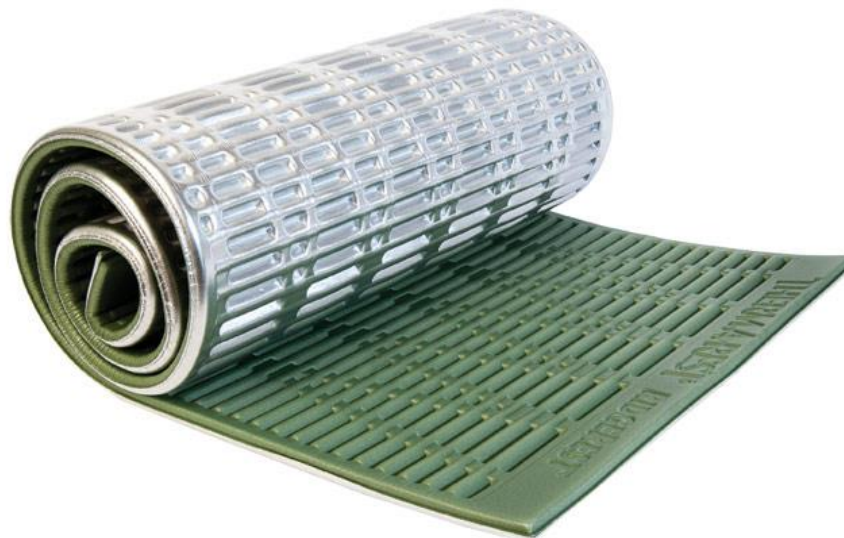
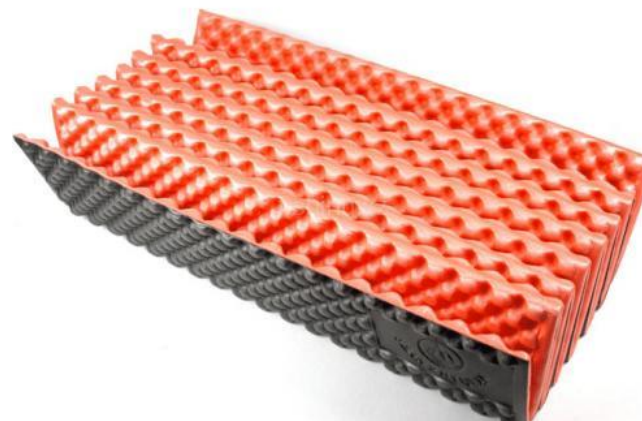
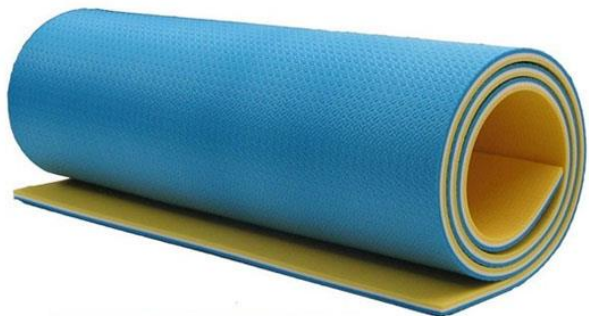


---

# I личное снаряжение

## 9. коврик \*\*\*

shop.fishing.kz



# I личное снаряжение

## 9. коврик \*\*\*

R-value – термическое сопротивление,  
то есть то, насколько коврик «теплый»

КОВРИКИ ИЗ ПОЛИЭТИЛЕНА (ПЭ, PE) или ЭТИЛЕНВИНИЛАЦЕТАТА (ЭВА, EVA):  
 $R\text{-value} = \text{толщина коврика в сантиметрах} \times 1,42$

САМОНАДУВАЮЩИЕСЯ КОВРИКИ - ПОЛИУРЕТАН (ПУ, PU):  
 $R\text{-value} = \text{толщина коврика в сантиметрах} \times 0,86$

ПЕРЕВОД R-VALUE КОВРИКА В ТЕМПЕРАТУРЫ:  
 $T^{\circ}\text{C} = -6,8 \times R\text{-value} + 16,2$



# I личное снаряжение

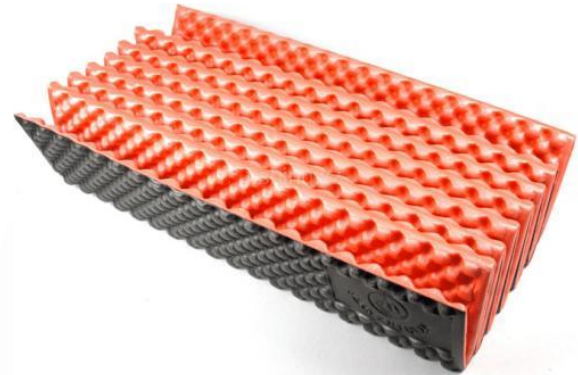
## 9. коврик \*\*\*

### 1) коврики из пены (пенки)

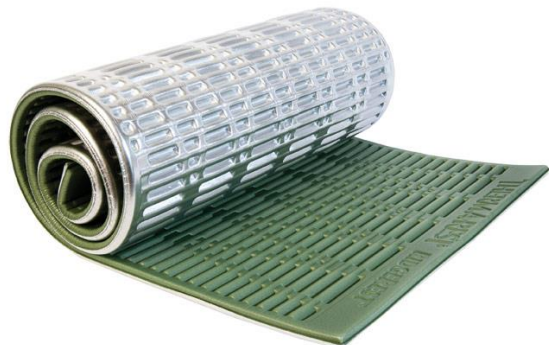
shop.fishing.kz



Ижевский 8мм, R-v = 1,2 **700 р. ~ 600 г.**



Thermarest z-lite, R-v = ~~2,6~~ **4500 р. 400 г.**



Thermarest RidgeRest  
R-v = 2,8 **3150 р. 400 г.**



СПЛАВ "FLEX" TRACK, R-v = ? **700 р. 340 г.**

\*Все коврики для примера шириной 50 см



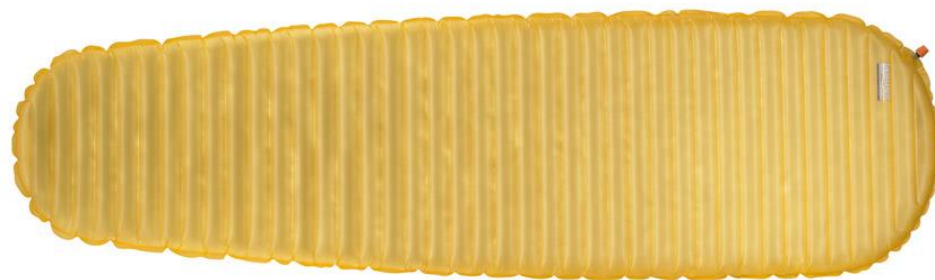
# I личное снаряжение

## 9. коврик \*\*\*

### 2) самонадувающиеся/надувные



СПЛАВ "Extreme Light 3.8"  
R-vl – 3,2 **3100 р. 760 г.**



Thermarest Neo Air xlight  
R-vl – 3,2 **15000 р. 350 г.**



"SPLAVMAT"  
R-vl > 3(?) **4500 р. 560 г.**



СПЛАВ Airlight  
R-vl – 0 **2300 р. 610 г.**



---

# I личное снаряжение

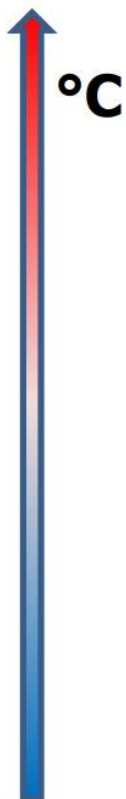
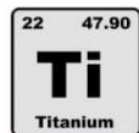
## 10. сидушка \*\*



Декатлон **200 р.**

# I личное снаряжение

## 11. КЛМН \*\*\*



пластик

нержавейка

ТИТАН



---

# I личное снаряжение

## 11. КЛМН \*



Opinel



victorinox



leatherman



Ontario RAT

# I личное снаряжение

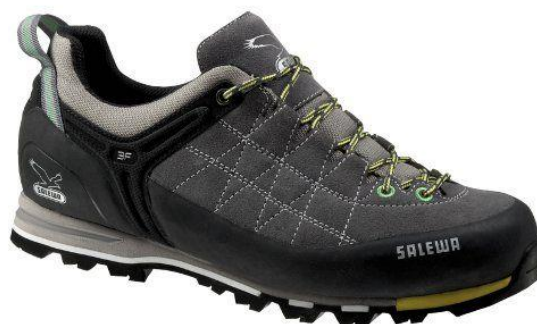
## 12. обувь

1) ходовая \*\*\*

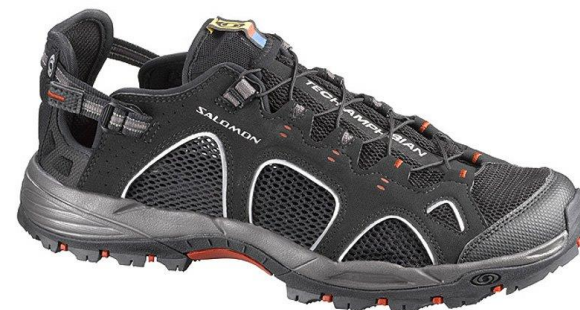


Shimano SH-XM900

~15000 р.



AVITO



2) дополнительная \*\*



от 400 р.

---

# I личное снаряжение

## 13. одежда

- синтетическая
- не стесняет движений



# I личное снаряжение

## 13. одежда

1) влагоотведение 2) утепление 3) ветрозащита + 4) дождезащита

термобелье



флис



легкая куртка



дождевик



софтшелл



мембрана



# I личное снаряжение

## 13. одежда

термобелье \*

должно:

- 1) обтягивать фигуру
- 2) подходить по сезону и степени активности

недорогое:

**DECATHLON**

**BRUBECK**  
B O D Y  G U A R D



**CRAFT** 



**HH**®  
**HellyHansen**



**ARC'TERYX**

от 1000 р. вещь



# I личное снаряжение

## 13. одежда

утепление - флис \*\*



Decathlon – **от 500 р.**



помимо флиса полезно иметь  
легкую пуховую куртку!  
Naturehike ~ **4000 р.**



# I личное снаряжение

## 13. одежда

мембрана \*\*



Endura MT500  
~ 12000 р.



СПЛАВ balance  
~ 5000 р.



Декатлон KALENJI  
~ 3000 р.



# I личное снаряжение

## 13. одежда

защита от дождя



велодождевик \*



дождевик \*



гамашы \*\*

# I личное снаряжение

## 13. одежда

### на голову



мультибандана \*\*  
350 р



шапка-софтшелл \*\*  
~ 700 р



балаклава \*



неопреновая маска \*

# I личное снаряжение

## 13. одежда

### НОСКИ

трекинговые \*\*



теплые трекинговые \*



мембранные \*\*



неопреновые \*\*



# I личное снаряжение

## 13. одежда

### перчатки



короткие \*\*\*  
goodhand ~ 600 р.



софтшелл \*



неопрен \*



длинные - вело \*



флис \*\*



«верхонки» \*



зимние \*\*

# I личное снаряжение

## 13. одежда

специальная велоодежда \*



длинная велоформа



велопамперс



# I личное снаряжение

## 14. защита

обязательна примерка шлема!



**шлем \*\*\***  
~ от 1500 р.



**замена шлема:**

- после сильного удара
- при обнаружении любых повреждений
- раз в 3-5 лет



**VELOOCHKI \* от 500 р**



# I личное снаряжение

## 15. электроника



смартфон \*\*



зарядка \*\*



powerbank \*\* (zmi)



велокомпьютер \*



часы \*



музыка \*



фото \* ?



# I личное снаряжение

## 16. прочее



гигиенические принадлежности \*\*\*



личный ремнабор \*\*\*



от комаров \*\*\*



от солнца \*\*\*



личная аптечка \*\*\*

# I личное снаряжение

## легкоходное планирование покупок

цена облегчение на 1 грамм = 
$$\frac{\$ (\text{титан. миска}) - \$ (\text{нерж. миска})}{\text{Kg} (\text{нерж. миска}) - \text{Kg} (\text{титан. миска})}$$



50 г.  
1600 р.

VS



100 г.  
100 р.

## II общественное снаряжение



распределение веса по участникам:

1. По должностям
2. По комплектам
3. По желанию



девушкам - 50-70% от мужской нормы веса



---

## II общественное снаряжение

### 1. палатка



вес <1кг – на человека

ширина пола: ~50 см на чел.



---

# II общественное снаряжение

## 2. тент



# II общественное снаряжение

## 2. тент



# II общественное снаряжение

## 2. тент



---

# II общественное снаряжение

## 2. тент



**Обязательно сушите тенты и палатки после поездки!**





# II общественное снаряжение

## 3. Топоры и пилы



## II общественное снаряжение

### 4. каны (котелки)

**объём = N участников x 500 + 500**



чай



основное блюдо

ТИТАН

СТАЛЬ

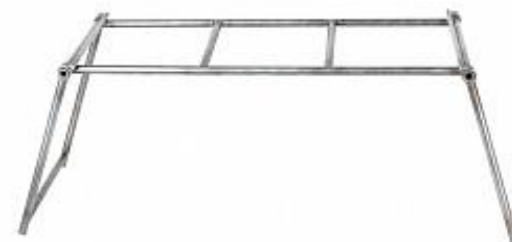
# II общественное снаряжение

## 5. подвеска канов

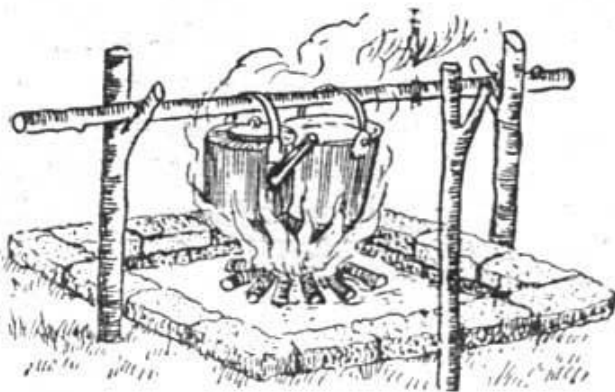
1) костровой тросик



2) таганок



3) «без всего»



4) рогульки



# II общественное снаряжение

## б. горелки

$N$  = кол-во людей

газ =  $N * 40-60$  г

бензин =  $N * 70-100$  мл

в день

газовая



бензиновая



ветрозащита

мультитопливная



## II общественное снаряжение

### 7. кухонное



скатерть



НОЖ



зажигалка



ПОЛОВНИК



костровая  
рукавица



доска  
пластиковая



ср-во для  
посуды



ёршик  
(шуршик)

---

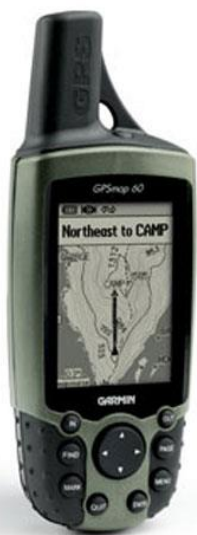
## II общественное снаряжение

### 8. трос + замок



# II общественное снаряжение

## 9. навигация



**батарейки** щелочные  
или литиевые



карта



компас

## II общественное снаряжение

### 10. хознабор



нитки разные,  
капроновые



ножницы



напёрсток



иголки



пуговицы



стропы,  
фасты



куски ткани



клей полиуретановый



скотч



секундный клей



---

## II общественное снаряжение

### 11. аптечка



## II общественное снаряжение

### 12. ремнабор



## II общественное снаряжение

### 13. фото/видео



---

## II общественное снаряжение

### 14. специальное



фильтр для  
ВОДЫ



спутниковая  
СВЯЗЬ



страховочное  
снаряжение



Всегда заботьтесь о личном и общественном снаряжении!

---

## Магазины для покупки снаряжения:

- 1) **Декатлон.** Бюджетный магазин с товарами адекватного качества под собственным брендом. Спальники, недорогая одежда, обувь, посуда, велосумки, рюкзаки, коврики.
- 2) **СПЛАВ.** Бюджетный магазин изначально с милитаристской направленностью. Китайские и российские товары под собственным брендом. Спальники, куртки, неопрен, термобельё, носки, посуда, гермы, рюкзаки, коврики, ткани, фурнитура.
- 3) **Турин.** Магазин общетуристского направления. Цены разные. Продается практически всё, но соотношение цена-качество бывает разным. Бывают скидочные дни и акции.
- 4) **Спорт-Марафон.** Магазин дорогого брендового снаряжения. Скидку – 20% спрашивайте у ИПС. Рюкзаки, спальники, одежда, посуда. Хорошие товары мгновенно раскупаются и долго не завозятся.
- 5) **Триал-спорт.** Снаряжение для велоспорта и горнолыжное снаряжение. Цена/качество в целом – среднее. Часто бывают большие скидки на остатки старых коллекций. Одежда, обувь, велоснаряжение.



6) **КАНТ**. Снаряжение для велоспорта и горнолыжное снаряжение. Цена/качество в целом – среднее. Часто бывают скидки. Одежда, обувь, велоснаряжение.

7) **Простор-2000**. Бюджетный магазин преимущественно водного снаряжения, но можно найти что-то и для велотуризма: посуда, коврики, ткани, пр.

8) **ICE-AGE**. Магазин дорогого брендового преимущественного горного снаряжения. Рюкзаки, спальники, одежда, коврики, посуда.

9) **День сурка**. Снаряжение Marmot, Black Diamond и др. Дорогое снаряжение, но практически всегда бывают скидки и распродажи. Особенно много скидок на женские модели, одежду больших и маленьких размеров. Спальники, хорошая мембрана, термобелье.

10) **Sportresort**. Магазин велосипедного направления. Цены адекватные. Запчасти, инструмент, велоодежда. Соотношение цена/качество – на любой вкус.

11) **Velo-1000** (Сокольники). Похож на вышеназванный.

11) **ЭКСТРИМ**. Крупный торговый центр спортивных товаров. Продается практически всё, но соотношение цена-качество бывает разным. У большинства магазинчиков там - нет своего сайта, поэтому нельзя посмотреть ассортимент в интернете.

12) **Спорт-Хит**. Крупный торговый центр спортивных товаров. По смыслу аналогичен вышеназванному.

---

## Зарубежные интернет-магазины:

- 1) **bike-components.de** Веломагазин. Часто бывают самые низкие цены на комплектующие велосипеда. Велозапчасти, велоаксессуары.
- 2) **chainreactioncycles.com** Веломагазин. Высокие цены компенсируются неисчезающими скидками. Велозапчасти, велоодежда, велоаксессуары.
- 3) **bike-discount.de** Веломагазин. Не очень большой выбор компенсируется скидками.
- 4) **bike24.com** Веломагазин. Большой выбор велотоваров. Помимо этого есть горелки, палатки, коврики и прочее дорогое снаряжение по умеренным ценам.
- 5) **bikeinn.com** Агрегатор товаров с небольшим постоянно меняющимся ассортиментом и очень низкими ценами. Доставка рассчитывается от веса, поэтому нормально брать единичные вещи. Есть раздел туристических товаров - **trekinn**.
- 6) **aliexpress.com** Множество китайских продавцов с хаотичным ассортиментом. Низкие цены. Качество разное. Много интересного. Одежда, спальники, коврики, посуда, фонари, велоаксессуары, пр.
- 7) **ebay.com** – международный аукцион, много магазинов и частных лиц.
- 8) **shopfans.ru, shipito.com, shopotam.ru** – посредники для покупки товаров из магазинов, которые не отправляют в Россию.

