



RANGER SURVIVAL CLUB
MATERIAŁY SZKOLENIOWE

ODZIEŻ NA ZIMĘ



1 - czapka "patrolówka"

Nakrycie głowy chroni przed utratą ciepła. Pamiętaj, że organizm za wszelką cenę będzie się starał utrzymać temperaturę 36,6 C Twojej głowy. Wystawiając odkrytą głowę na działanie zimna, zmuszasz się do niepotrzebnego wysiłku i darmowego „podgrzewania powietrza”.

Początkowo używałem uszanki z króliczego futra, potem wełnianej dokerki a obecnie za najlepszą uważam czapkę US Army typu Ranger z daszkiem i opuszczanym nausznikiem. Daszek osłania twarz przed słońcem, czapka nie jest zbyt ciepła, a w razie potrzeby możesz opuścić nausznik.

Niezależnie od tego w największe mrozy polecam kominiarkę z polaru albo Rhovyl'onu.

2 - okulary

W słoneczny śnieżny dzień na pewno się przydadzą. Używam okularów lodowcowych firmy "Julbo", ale wcześniej stosowałem tanie okulary armii rosyjskiej. Zresztą szczerze mówiąc, przez ostatnich kilka lat używałem okularów śnieżnych tylko dwukrotnie.

3 - szalokominiarka

Chociaż najczęściej swetry czy polary mają wysoki kołnierz golf, to warto pamiętać o szaliku. Oprócz podstawowej funkcji możesz użyć szalik jako improwizowane rękawiczki, onuce czy też osłonę dowolnej części ciała. Przetestowałem polską mundurową szalokominiarkę z mieszanki wełny i anilany. Jest to dość długi rękaw z dzianiny, który możesz używać jako klasyczny szalik, jako czapkę (wciągając jeden koniec rękawa na głowę) albo tzw. „komin” - kominiarkę (przeciągając rękaw na całą długość przez szyję i głowę).

4 - polar

To w sumie najmniej istotna część systemu. Z powodzeniem można go zastąpić dobrym wełnianym lub akrylowym swetrem, choć oczywiście okrycie z tkaniny Polartec ma wiele zalet. Po pierwsze, jest lżejsze od wszystkich innych izolatorów. Po drugie - co najważniejsze - jest całkowicie niehigroskopijne, co oznacza, że nie chłonie wody. Dzięki temu bardzo szybko schnie (można mokry polar wysuszyć ciepłem

własnego ciała), a przede wszystkim nie ciągnie wilgoci, którą - jak wspomniałem wyżej - bardzo często pokryta jest wewnętrzna strona kurtki. Dlatego dopiero zestaw: mikroporowa kurtka + polar zapewnia komfort jeśli chodzi o wilgoć. Używam polaru firmy „Hatok”, po kilku latach i wielu praniach ciągle dobrze się trzyma. Wybór polarów na rynku jest olbrzymi, ale dlatego trzeba uważać, żeby nie kupić podróbki. Oryginalna tkanina Polartec produkowana jest w jednym miejscu na świecie - w firmie Malden Mills w USA. Na rynku polskim najpopularniejsze są trzy rodzaje dzianiny Polartec:

a/ seria 100 - cienka dzianina używana do produkcji białej bielizny (koszulki, kalessony) Popularnie zwana Polartek (pisownia przez „k”) zgodnie ze starą, używaną kiedyś przez firmę Malden nazwą.

b/ seria 200 - grubsza dzianina (200g/m2), najpopularniejsza, używana do produkcji kurtek, pulowerów, bluz i spodni. Potoczna nazwa - Polarlite,

c/ seria 300 - najgrubsza (300g1m2), popularna głównie jesienią lub zimą, używana do produkcji kurtek przeznaczonych na ekstremalne warunki pogodowe. Nazwa obiegowa - Polarplus..

Oprócz tego Polartec produkowany jest w następujących odmianach: Power Stretch, Windblock, Micro, XT. Thermal Stretch.

Każdy metr polaru opuszczający fabrykę zaopatrzony jest w metkę papierową i żakardową, które następnie producent odzieży przyszywa do wyrobu. Rozróżnienie metek oryginalnych pozwoli nie dać się oszukać.

Oto czego piraci nie potrafią. albo czego nie chce im się podrabiać:nie zadrukowują opatrzonej tekstem lewej strony metki, mylą nazwę serii 100, 200. 300) z przynależnym jej kolorem. (róż, zieleń, jasny róż, niebieski), do materiałów np. białych przyszywają metki np. serii 200, nie potrafią zrobić dziurki we właściwym miejscu, metki żakardowe (haft) nie mają charakterystycznych wypukłych literek POLARTEC i zlewają się z tłem, nie potrafią dobrać odpowiedniego gatunku papieru.

Materiał bez świadectwa jakości jest z reguły nierówno dziany różna gramatura i grubość w różnych miejscach, sfilcowany, czyli nie posiada wymienionych kieszonek powietrza, ma wyraźne skazy, pilinguje się, jest nieimpregnowany, wychodzi z niego włos

Gdy temperatury są wyjątkowo niesprzyjające, wkładam drugi polar, albo zamiast niego podpinę do kurtki M65. W takich warunkach przydadzą się spodnie z polaru (można je także używać jak dresu, jako zasadniczą warstwę w suche dni).

5 - kurtka Alpha ECWCS (Extremely Cold Weather Clothing System)

Przeciwwiatrowa i wodoodporna kurtka to najważniejszy element wyposażenia. Tu nie ma żartów - jeśli planujesz wędrowkę w ciężkich warunkach, taka kurtka może uratować Ci życie. Obecnie wśród odzieży dla wędrowców zdecydowanie dominują tzw. tkaniny mikroporowe. Tego rodzaju materiały dzielą się na dwa rodzaje - tkaniny laminowane membraną (np. Goretex) oraz tkaniny powleczone specjalnymi tworzywami sztucznymi (wszystkie inne -taxy). Goretex to tkanina połączona ze specjalną membraną, która ma pory kilkadziesiąt razy większe niż średnica cząsteczki pary wodnej ale kilkaset razy mniejsze niż cząstka wody. Dzięki temu para wodna (wydzielana przez organizm) swobodnie przedostaje się przez membranę, a woda (opad atmosferyczny) pozostaje na zewnątrz okrycia. Przynajmniej tak dzieje się teoretycznie. W praktyce, gdy zewnętrzna powierzchnia ubioru z goretexu pokryta jest cienką warstwą wody, wydalenie pary wodnej jest w znacznym stopniu upośledzone - mówiąc po prostu, wilgoć pozostaje wewnątrz. Dlatego bardzo często wewnątrz goretexowego ubrania jest wilgotne, albo nawet mokre. Jednak najważniejszą cechą odzieży mikroporowej jest zatrzymywanie wiatru - w tej roli sprawdza się ona w 100 %, przez co chroni przed jego wychładzającym działaniem. Tkaniny powleczone tworzywem sztucznym mają właściwości zbliżone do goretexu, są jednak mniej trwałe (ale za to tańsze).

Dobra kurtka powinna mieć minimalną ilość szwów, obszerny kaptur (dobrze jeśli z daszkiem), regulowane ściągacze na końcach rękawów, na dole kurtki i w talii oraz - to naprawdę bardzo ważne ! - otwory wentylacyjne pod pachami, zapinane na zamki błyskawiczne (pozwalają one regulować ciepłość ciała i chronią przed przegrzaniem). Pamiętaj, żeby zamki błyskawiczne były dodatkowo kryte patkami. Najlepszą konstrukcją kurtki jest tzw. laminat dwuwarstwowy (membrana przymocowana do tkaniny zewnętrznej, a wewnątrz oddzielnie wszyta podszywka). Materiał zewnętrzny musi być mocny, odporny na ścieranie i rozerwanie - powszechnie w najlepszych kurtkach używa się taslanu, a na łokciach ramionach itp. miejscach spotyka się wstawki z cordury albo nawet kevlaru. Amerykańskie goretexowe kurtki mundurowe produkowane przez „Alpha” spełniają prawie wszystkie powyższe wymagania. Może tylko patki kryjące zamki są nieco zbyt wąskie. Na polskim rynku godne polecenia są kurtki produkowane przez firmę „Alvika” - dobrze skrojone, starannie wykonane, z norweskiej tkaniny „Super Bretex”. Od osób, którzy ich używały słyszałem, że są nawet lepsze od renomowanych kurtek „Alpinusa”, a na pewno są znacznie tańsze.

6 - Rękawice

Zawsze trzeba mieć jedną parę w zapasie ! Zimą zabieram ze sobą wełniane rękawiczki trzypalcowe, jednopalcowe rękawice ocieplane sztucznym futrem (na zdjęciu - bardzo stare, ale moje ulubione) i zewnętrzne goretexowe łapawice firmy 'Mello's". W plecaku dodatkowo czeka zapasowa para. Pamiętaj, żeby do rękawic przyszyć pętelki i pomyśl o sposobie ich przyczepiania do oporządzenia (np. zainstaluj karabińczyk). Wtedy ściągając je na chwilę, na pewno ich nie zgubisz.

7 - spodnie ECWCS

Skoro używamy wodo- i wiatroodpornej kurtki, to dlaczego nie włożyć spodni z tego samego materiału ? Wybierz spodnie z mocnej tkaniny zewnętrznej, koniecznie powinny mieć wzmacniające łaty na kolanach i

wewnętrznych stronach łydek. Dobrze jeśli wyposażone są w zamki (przynajmniej od kolan w dół), co umożliwia ich włożenie bez ściągania butów.

8 - Buty „Boreal Bulnes”

Nie trzeba chyba nawet wspominać o tym, że dobre buty mogą zdecydować o sukcesie outdoorowego przedsięwzięcia. Próbowałem różnych butów - nosiłem tzw. rumuny, a także polskie buty desantowe „Miwa”. Po długich poszukiwaniach, przewertowaniu dziesiątek katalogów i zebraniu informacji od wielu ludzi wybrałem Boreale Bulnes. I zdaje się, że trafiłem w dziesiątkę - wyrażenie „dobre buty” nabrało nowego znaczenia. Niezależnie od marki obuwia polecam jakiś produkt renomowanego producenta butów turystycznych-wyczynowych górskich. Zawsze będą lepsze od najlepszych nawet butów wojskowych (na buty trekkingowe wydaje się własne pieniądze, żołnierz natomiast nosi to, co mu dadzą - dlatego raczej nikt się przy ich projektowaniu i produkcji nie stara). Niezależnie od marki i modelu warto zwrócić uwagę na to, aby buty miały jak najmniej szwów, nieprzemakalną warstwę (membranę), podeszwę skonstruowaną w sposób chroniący stopę przed mikrourazami podczas marszu (najczęściej są to kompozyty kilku warstw o różnej miękkości, zdarzają się także tzw. poduszki powietrzne - ale te mają zazwyczaj krótszą trwałość) i ukształtowaną od spodu we wzór antypoślizgowy; dobrze jeśli jej kształt pozwala na dopięcie lekkich raków. Nie polecam wierzchów ze skór licowych - w krótkim czasie błyszcząca warstwa zewnętrzna ulegnie starciu i skóra straci wiele na wodoodporności. Lepsze będą skóry juchtowe albo wzmocniony nubuk. Do konserwacji obuwia służą specjalne preparaty - największą ich gamę produkuje firma „Nikwax”. Krótko mówiąc, na wybór butów trzeba poświęcić trochę czasu, ale za to cierpliwość i namysł na pewno się opłaci.

Do butów wkładam dwie pary skarpet - bezpośrednio na skórę wełniane albo mieszane, wełniano-akrylowe, zaś na to bawełniane. Dzięki temu, że bawełna jest higroskopijna skarpety zewnętrzne odsysają wilgoć ze skóry i zatrzymują ją, a wewnętrzna warstwa pozostaje w miarę sucha.

Przy chodzeniu po śniegu na buty trzeba założyć ochroniacze-getry, które zabezpieczą styk pomiędzy końcem spodni a górą butów.

Oczywiście do nart przewidziane są inne buty.

To czego nie widać:

Bielizna termalna (podkoszulek z długim rękawem z Polartec’u serii 100 oraz kalesony z tkaniny ‘First layer’)

Warstwa umiejscowiona najbliżej ciała musi być najlepsza. Tu nie ma miejsca na bylejakość. Nowoczesne tkaniny używane do produkcji bielizny aktywnej (Polartec, Rhovyl’on) sprawiają, że pot jest szybko odsysany z powierzchni skóry i transportowany do następnej warstwy odzieży. Sprawia to, że nawet podczas najintensywniejszego wysiłku powierzchnia skóry jest w miarę sucha, co daje komfort i chroni przed utratą ciepła oraz - z drugiej strony - przed przegrzaniem. Tkaniny te są również hypoalergiczne i przyjemne w dotyku.

Kolory

Swój ubiór skompletowałem w jednorodnym kolorystycznie kamuflażu woodland. Jeśli jednak z jakichś przyczyn chcesz się maskować (np. polujesz), to niezłym rozwiązaniem na zimę jest również wymyślony w USA dla myśliwych wzór „Camo Snow +” lub zastosowanie dodatkowych białych narzutek (pamiętaj tylko aby były bawełniane a nie nylonowe - kiedy nylon przmoknie, robi się prawie przezroczysty). Jeżeli jednak nie zależy Ci na maskowaniu, wybierz zdecydowane kolory (np. pomarańczowoczarny tigerstripe) - w razie potrzeby ratownicy łatwiej zauważą Cię na śniegu. Pamiętaj też, że jasne kolory odbijają promienie słoneczne, a więc w ciemnym ubraniu będzie Ci cieplej.