Checklista sprzętowa

© Damian Granowski / drytooling.com.pl

Listy sprzętu (co ważniejsze, wręcz można powiedzieć, że niezbędne elementy wytłuszczone. Pozostałe elementy warto mieć, aczkolwiek nie są według mnie niezbędne. Ich brak może w pewnych wypadkach dać wam mocno w kość).

Weźcie pod uwagę, że na przykład w ekwipunku na wypady górskie latem nie wytłuściłem „kurtka puchowa lub primaloft” O ile latem mogą nie być konieczne, tak np. np. wczesną wiosną lub jesienią wziąłbym je na pewno. Dlatego ta lista nie zwalnia was z myślenia ;).

Lista pochodzi z artykułu na drytooling.com.pl:

<http://drytooling.com.pl/serwis/art/patenty/7264-checklista-sprzetu-na-trekking-wspinanie>

1. AKTYWNOŚCI LETNIE
   1. Turystyka górska (wypady jednodniowe)

Jako uzupełnienie polecam mój tekst: „[Jak ubrać się w góry latem](http://drytooling.com.pl/serwis/art/patenty/6349-jak-ubrac-sie-w-gory-na-trekking-wspinanie)”. W „lato” biorę pod uwagi warunki bezśnieżne, a takie występują wiosną, latem i jesienią. Czasem też zimą, ale to inna bajka już :).

- plecak 20-25 litrów  
- woda (zależy od temperatury). W ciągu upalnego dnia powinno się wypić 3-6 litrów wody, więc weźcie pod uwagę porę roku ;)  
- jedzenie  
- czołówka  
- mapa  
- kompas  
- apteczka

Ubrania:

- kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza (z materiałów syntetycznych)  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki  
- krótkie spodenki  
- buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Via Ferraty

- plecak 20-35 litrów  
- uprząż  
- lonża z absorberem energii  
- kask  
- 1,5 litra wody (zależy od temperatury)  
- jedzenie  
- czołówka  
- mapa  
- kompas  
- apteczka

Ubrania:

- kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki (fajnie mieć dwie pary. Jedna ciepła. Druga np. skórzana, zapewniająca dobry chwyt.  
- krótkie spodenki  
- buty podejściowe  
- opcjonalnie buty wspinaczkowe (na trudnych ferratach)  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt wspinaczkowy w skałki (drogi jednowyciągowe obite)

Raczej lista odnosi się do polskich skałek. Za granicą być może potrzebna będzie dłuższa lina lub więcej ekspresów.

- plecak 25-35 litrów  
- lina 60 m  
- uprząż  
- płachta lub torba na linę (np. nieśmiertelna torba z Ikei)  
- 12-15 ekspresów  
- 1 HMS do przewiązywania  
- 1 HMS + Przyrząd asekuracyjny  
- ew. HMS do wieszania wędki  
- ew. kask  
- buty wspinaczkowe 2 pary (ciasne i rozgrzewkowe)  
- woreczek na magnezję + zapas magnezji  
- 1,5 litra wody  
- jedzenie  
- czołówka  
- ew. plastry  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy + ew. mapa  
- apteczka

Ubrania:

- kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka Puchówka lub Primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki  
- krótkie spodenki  
- sandały / buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt wspinaczkowy w skałki (drogi jednowyciągowe nieobite)

- plecak 25-35 litrów  
- lina 60 m  
- uprząż  
- płachta lub torba na linę  
- 12-14 ekspresów (w tym górskie)  
- 3 HMSy  
- przyrząd asekuracyjny  
- kask  
- buty wspinaczkowe (ciasne i rozgrzewkowe)  
- kości + ew. tricamy  
- friendy + ew. heksy  
- taśmy  
- 2 repy  
- jebadełko  
- woreczek na magnezję  
- zapasowa magnezja  
- 1,5 litra płynów  
- jedzenie  
- czołówka  
- apteczka  
- ew. plastry  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy

Ubrania:

- kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka Puchówka lub Primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki  
- ew. krótkie spodenki  
- sandały / buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt wspinaczkowy na drogi wielowyciągowe obite

- plecak 25-35 litrów  
- lina 60 m lub 2x 50-60m  
- uprząż  
- 12-15 ekspresów  
- 3 HMSy  
- przyrząd asekuracyjny  
- kask  
- buty wspinaczkowe (wygodne i precyzyjne)  
- Woreczek na magnezję + magnezja w środku  
- 1,5 litra płynów  
- jedzenie  
- czołówka  
- apteczka  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy + ew. mapa

Ubrania:

- kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki  
- ew. krótkie spodenki  
- sandały / Buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt wspinaczkowy na drogi wielowyciągowe nieobite

Tutaj odsyłam również do artykułu o „[Zestawie standardowym w Tatry](http://drytooling.com.pl/serwis/art/patenty/2289-zestaw-standardowy-do-wspinaczki-w-tatrach)”.

- plecak 25-35 litrów  
- lina 60 m lub 2x 50-60m  
- uprząż  
- 12-15 ekspresów  
- 3 HMSy  
- przyrząd asekuracyjny  
- kask  
- buty wspinaczkowe (wygodne i precyzyjne)  
- woreczek na magnezję + magnezja w środku  
- kurtka przeciwdeszczowa  
- 1,5 litra płynów  
- jedzenie  
- czołówka  
- apteczka  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy + ew. mapa

Ubrania:

- kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki  
- ew. krótkie spodenki  
- sandały / Buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

1. AKTYWNOŚCI ZIMOWE
   1. Turystyka wysokogórska zimą

- plecak 25-35 litrów  
- **r**aki  
- kije / ew. czekan  
- ciepłe napoje  
- jedzenie  
- ABC lawinowe (jeśli w teren zagrożony lawinami)  
- okulary z filtrem UV  
- czołówka  
- mapa  
- kompas  
- apteczka

Ubrania:

- softshell i ew. kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub Primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki 2 pary  
- buty za kostkę  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt na skitury

- plecak idealnie 20-25 litrów  
- narty  
- foki + ew. zapasowe  
- kijki  
- buty skiturowe  
- kask  
- mapa  
- kompas  
- apteczka  
- okulary z filtrem UV  
jedzenie  
1-1,5 ciepłych płynów  
- rękawice grube  
taśma klejąca  
- krem przeciwsłoneczny

Na wysokogórską turę +:

- czekan + raki  
- ABC lawinowe  
- ew. harszle  
- ew. lina  
- ew. uprząż  
- ew. sprzęt na lodowiec

Ubrania:

- kurtka softshell i/lub kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki  
- ew. Buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt wspinaczkowy na drytooling

- plecak 35 litrów  
- lina 60 m  
- płachta lub torba na linę  
- uprząż  
- 12-14 ekspresów  
- ew. śruby lodowe  
- 2 HMSy  
- przyrząd asekuracyjny  
- kask  
- dziabki  
- rakobuty (ew. buty + raki)  
- termos z ciepłymi płynami  
- jedzenie  
- czołówka  
- apteczka  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy  
- zapasowe ostrza + klucz  
- Ew. pilnik

Ubrania:

- ew. kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- czapka i chusta Buff  
- rękawiczki (cienkie i grube)  
- buty podejściowe  
- skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Sprzęt wspinaczkowy na lodospady

- plecak 25-35 litrów  
- lina połówkowa lub bliźniacza 2x 50-60m  
- uprząż + karabinki Carrytool  
- 12 ekspresów (w tym kilka górskich)  
- 8-12 śrub lodowych  
- 3 HMSy  
- przyrząd asekuracyjny  
- dziabki (ostrza lodowe)  
- lonże do dziabek  
- kask  
- 1,5 litra płynów  
- jedzenie  
- czołówka  
- apteczka  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy + ew. mapa

Ubrania

- softshell i/lub ew. kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
kurtka puchówka lub primaloft  
bielizna termoaktywna  
spodnie  
bluza  
t-shirt  
czapka i chusta Buff  
rękawiczki (2-3 pary)  
buty pod raki  
skarpetki + ew. zapasowe

* 1. Wspinaczka mikstowa zimą (np. Tatry)

Tutaj odsyłam również do artykułu o „[Zestawie standardowym w Tatry](http://drytooling.com.pl/serwis/art/patenty/2289-zestaw-standardowy-do-wspinaczki-w-tatrach)”.

- plecak 25-35 litrów  
- lina 2x 50-60m  
- uprząż + ew. karabinki Carrytool  
- 12 ekspresów (w tym większość górskich)  
- 3 HMSy  
- przyrząd asekuracyjny  
- młotek  
- dziabki (ostrza lodowe)  
- lonże do dziabek  
- kask  
- friendy  
- kostki  
- haki  
- ew. śruby lodowe  
- ciepłe płyny  
- jedzenie  
- czołówka  
- apteczka  
- topo / Przewodnik wspinaczkowy + ew. mapa

Ubrania

- softshell i ew. Kurtka przeciwdeszczowa z membraną  
- kurtka puchówka lub primaloft  
- bielizna termoaktywna  
- spodnie  
- bluza  
- t-shirt  
- **c**zapka i chusta Buff  
- rękawiczki (2-3 pary)  
- buty pod raki  
- skarpetki + ew. zapasowe