

Лыжное снаряжение



Что нам нужно

- Лыжи
- Крепления и совместимая с ними обувь
- Лыжные палки
- Мази держания, растирка, скребок*
- Шкерты или камус
- Запасные стропы для креплений и тросики**, запасные кольца для палок (см. лекцию по ремнабору)

Что нам не нужно

- Чехол для лыж
- Мази скольжения

* - не для всех типов лыж

** - не для всех видов креплений



Требования, предъявляемые к лыжам

- Прочность
- Жёсткость и малая ширина при твёрдом снеге
- Мягкость и большая ширина при троплении и мягком снеге
- Относительно малая длина при движении через препятствия
- Относительно большая длина при троплении
- Хорошее скольжение вперёд
- Плохое скольжение назад
- Возможно меньший вес без ущерба первому требованию

Вывод: идеальные туристические лыжи не существуют, существуют лишь оптимальные для конкретных, часто крайне трудно прогнозируемых условий.



Что нам подходит

- Горные лыжи «классической» геометрии или близкие к таковой
- Некоторые модели современных *Backcountry*-лыж

Что нам плохо подходит

- Лыжи Бескид

Что нам совершенно не подходит

- Все прочие деревянные лыжи (Лесные, Турист и т. д.)
- «Карвинговые» лыжи с малым радиусом, лыжи для фрирайда
- Беговые лыжи



Б/У горные лыжи

Требования:

- Высокий мысок
- Металлические канты без повреждений
- Скользящая поверхность без серьёзных повреждений
- Геометрия 80..95 — 60..70 — 70..80

Преимущества:

- Дешёвые
- Доступные
- Как правило, очень надёжные

Недостатки:

- Могут попасть к вам уже «уставшими»
- Требуют использования мазей держания
- По сути отсутствует кембер
- Тяжёлые



Подходят



Не подходят



Backcountry-лыжи

Требования:

- Металлические канты
- Отсутствие интегрированного камуса
- Насечка — крайне желательна

Преимущества:

- Лёгкие, достаточно прочные
- Если есть насечка — забываем про мази
- Есть кембер и рокер
- Хорошо едут

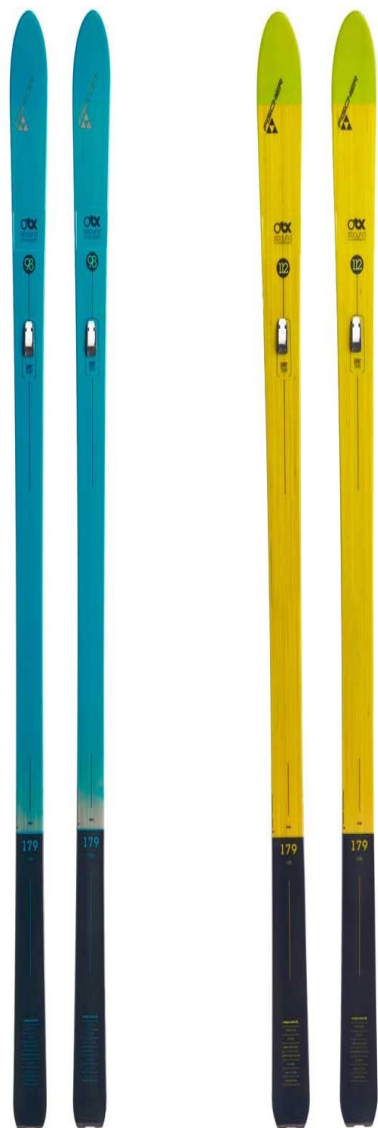
Недостатки:

- Дорогие
- Сложно найти
- Хорошо едут



Модели *backcountry*-лыж

Fischer
Sbound **98/112**



Madshus
Eon/**Epoch**/Annum



Sporten
Expedition



Лыжи Бескид

Преимущества:

- Неплохая геометрия
- Нет отдачи (в теории)

Недостатки:

- Если старые — скорее всего, «уставшие»
- Если новые — дорогие, на заказ, тяжёлые, дубовые
- Прочность — лотерея
- Наборные канты
- Подлип — надо уметь обращаться с деревянными лыжами



Конструктивно сходные с лыжами изделия*

- Охотничьи и лесные
- Беговые, «Турист»
- Армейские

Преимущества:

- В рамках спортивного туризма — отсутствуют**

Недостатки:

- Деревянные — подлип
- Отсутствие кантов
- Малая прочность
- Низкое качество



В поход не брать!

* - в рамках спортивного туризма

** - исключение: вы все идёте на одинаковых лыжах

Подбор лыж

По росту:

- Длина = рост \pm 10..20 см*

По весу:

- Много вешишь — длиннее лыжи
- Если выбираешь по весу (BC-лыжи) — учитывай вес рюкзака

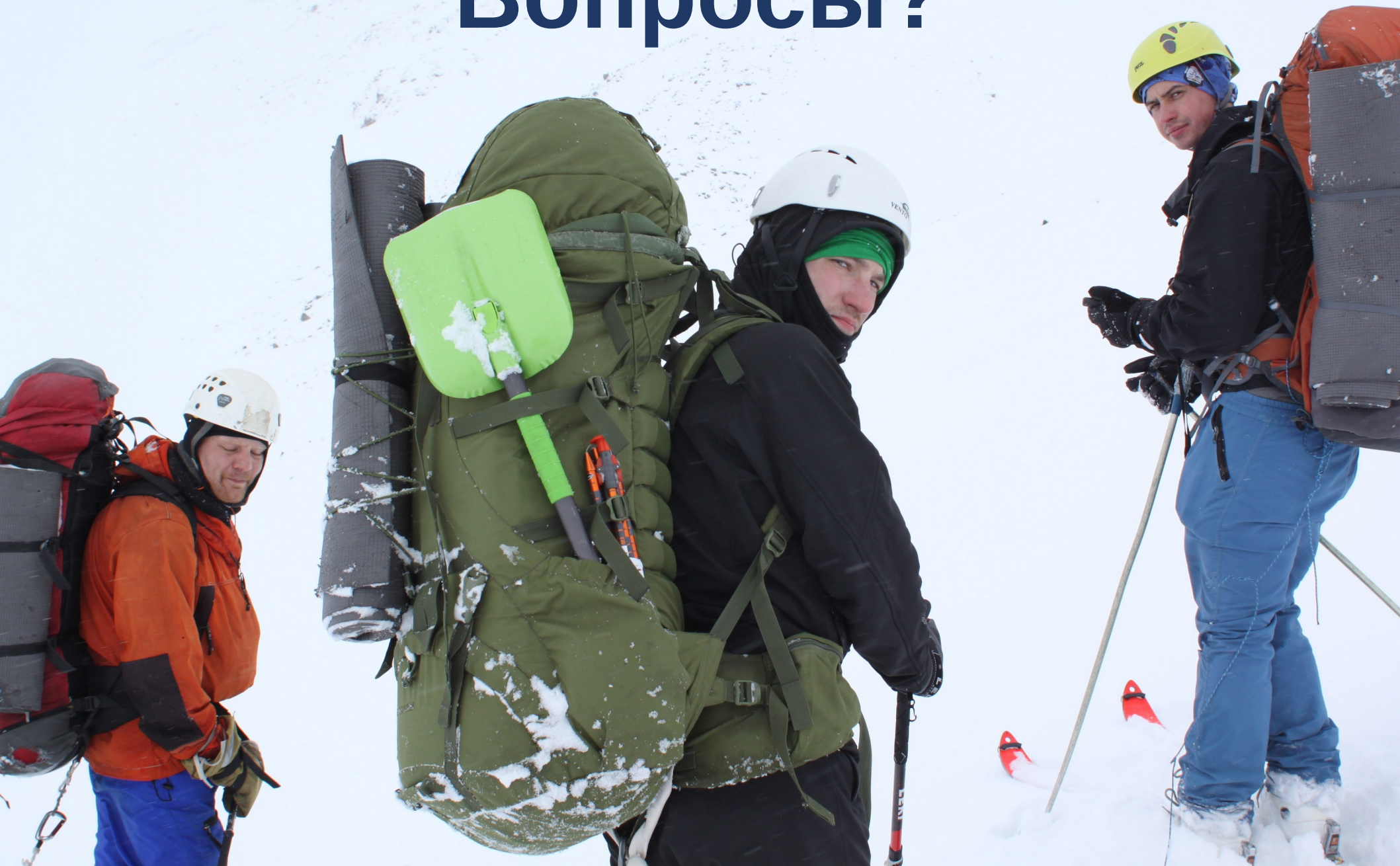
По цвету:

- Красные едут быстрее
- Девочкам — красивые



* - исключение: девочки ростом 150 см и весом 50 кг и мальчики весом за 120 кг

Вопросы?



Требования, предъявляемые к креплениям

- Прочность
- Удобство и безопасность спусков
- Большое удобство длительной ходьбы
- Совместимость с обувью
- Возможно меньший вес без ущерба первому требованию
- Ремонтопригодность в полевых условиях

Вывод: идеальные туристические крепления не существуют, существуют лишь оптимальные для конкретных условий и конкретных предпочтений.



Что нам подходит

- Тросиковые екатеринбургские крепления

Что нам подходит с оговорками

- Тросиковые крепления Вертикаль/Азимут
- Некоторые скитур-крепления
- Некоторые *NNN/BC*-крепления
- Некоторые *Zip*-крепления

Что нам совершенно не подходит

- Все прочие тросиковые крепления
- Полужёсткие/мягкие крепления
- Горнолыжные крепления



Крепления тросиковые екатеринбургские

Преимущества:

- Дешёвые
- Относительно доступные
- Прочные
- Не требуют доработки напильником
- При больших нагрузках «отстреливаются» с ноги

Недостатки:

- Посредственный (хотя и достаточный) контроль лыжи
- Несовместимы с жёсткими ботинками
- «Отстреливаются», но иногда делают это странно



Крепления тросиковые прочие

Преимущества:

- Дешёвые
- Доступные

Недостатки:

- Слабые скобы (сталь марки ХРЖ)
- Слабые тросики
- Вероятность потерять тросик
- Иногда плохие лягушки
- Несовместимы с жёсткой обувью
- Требуют доработки напильником



Скитур-крепления

Преимущества:

- Позволяют использовать жёсткие (пластиковые) ботинки
- Удобство катания
- Усилие срабатывания настраивается



Недостатки:

- Дорогие
- Ограниченный выбор
- Сложны в ремонте
- Малый выбор обуви
- Не слишком удобны при длительной ходьбе



Скитур-крепления



Скитур-крепления



Вывод: использование в туризме оправдано только в походах с крутым льдом, где необходимы жёсткие кошки. Или если ходишь в такие походы, а второй комплект лыж/креплений не хочешь.

Zip-крепления

Преимущества:

- Удобство ходьбы и катания
- Абсолютная надёжность

Недостатки:

- Очень маленький выбор
- Требуют **специфичной** обуви
- Не имеют механизма отстрела лыж
- Использование не с *ВС*-лыжами не имеет смысла



NNN/BC-крепления

Преимущества:

- Удобство ходьбы и катания
- Малый вес

Недостатки:

- Требуют **специфичной** обуви
- Не имеют механизма отстрела лыж
- Использование не с *BC*-лыжами не имеет смысла



Почему крепления должны быть простыми и надёжными



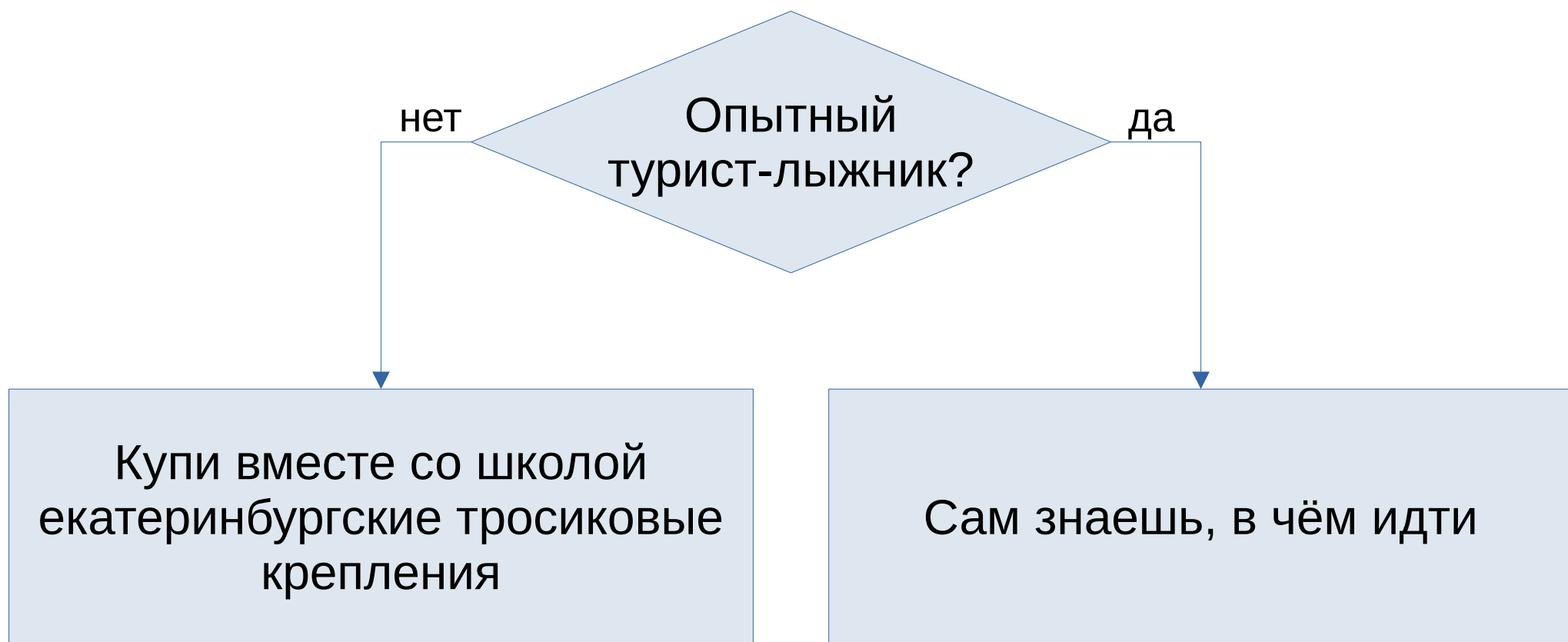
Конструктивно сходные с креплениями изделия*



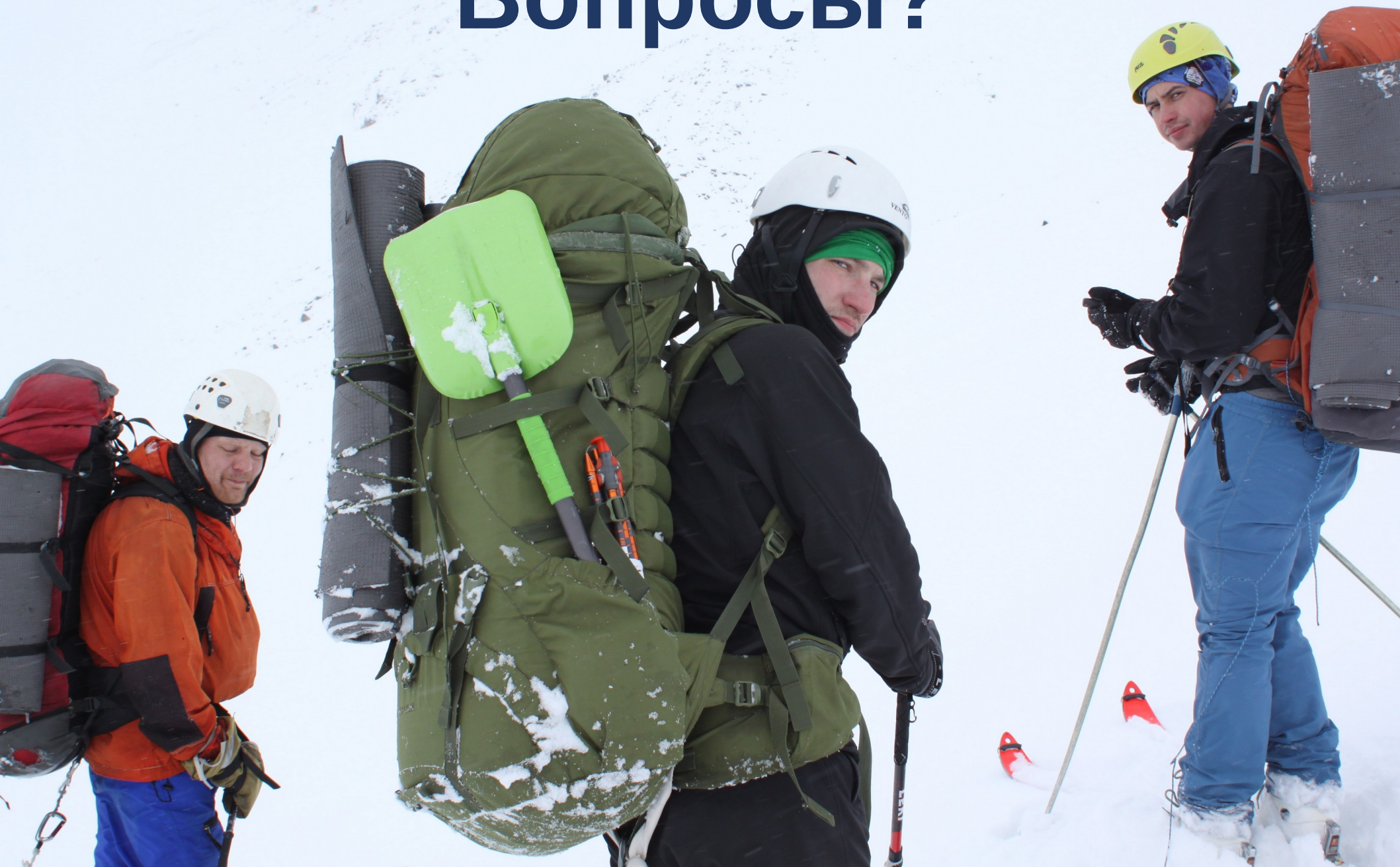
* - в рамках спортивного туризма

В поход не брать!

Подбор креплений



Вопросы?



Требования, предъявляемые к лыжным палкам

- Прочность
- Жёсткость
- Ремонтопригодность
- Большие кольца
- Возможно меньший вес без ущерба первому требованию
- Наличие темляков



Что нам подходит

- Советские алюминиевые беговые палки
- Прямые горнолыжные палки (с заменой колец)
- Алюминиевые ВС- и скитур-палки

Что нам плохо подходит

- Некоторые треккинговые палки с эксцентриковыми зажимами

Что нам совершенно не подходит

- Любой стекло/углепластик
- Современные беговые палки
- Треккинговые палки с цанговыми зажимами



Старые советские палки

- Старые кольца — заменить
- Заменить темляки
- Можно подогнать длину

Преимущества:

- Дешёвые
- Надёжные

Недостатки:

- Иногда надо поискать
- Требуют доработки



Горнолыжные палки

- Только алюминий
- Заменить кольца

Преимущества:

- Дешёвые
- Надёжные
- Доступные

Недостатки:

- Требуют доработки
- Маленькая длина



ВС- и скитур-палки

- Только алюминий
- Лучше брать регулируемые

Преимущества:

- Регулировка по длине
- Надёжные

Недостатки:

- Дорогие



Треккинговые палки

- Только алюминий
- Обратит внимание на длину темляков

Преимущества:

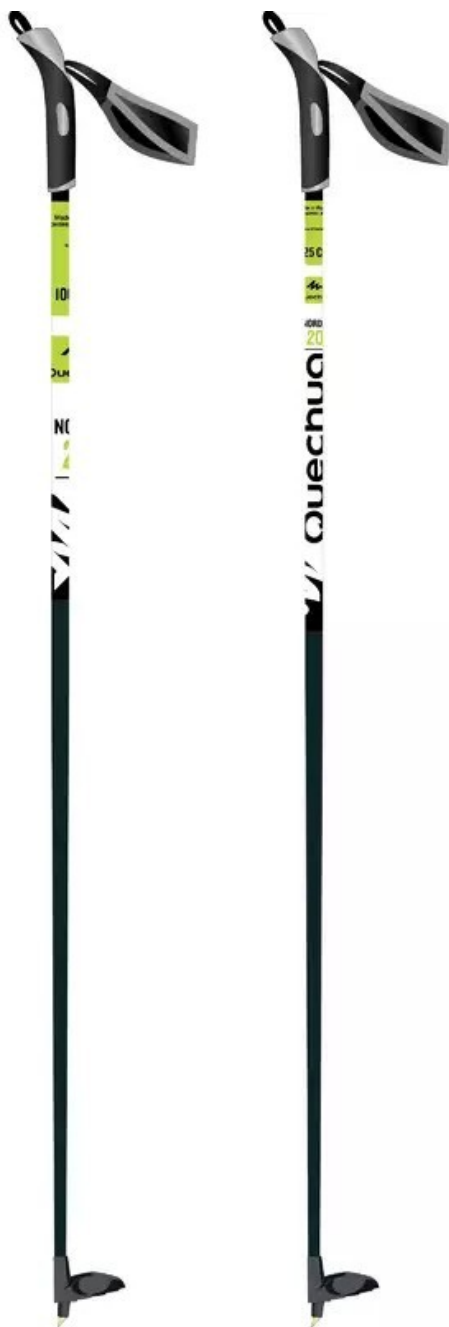
- Возможно, они уже у вас есть

Недостатки:

- С прочностью — как повезёт
- Возможно, летом потом их будет использовать неудобно
- Требуется замена колец



Конструктивно сходные с палками изделия



В поход не брать!

Подбор лыжных палок

По росту:

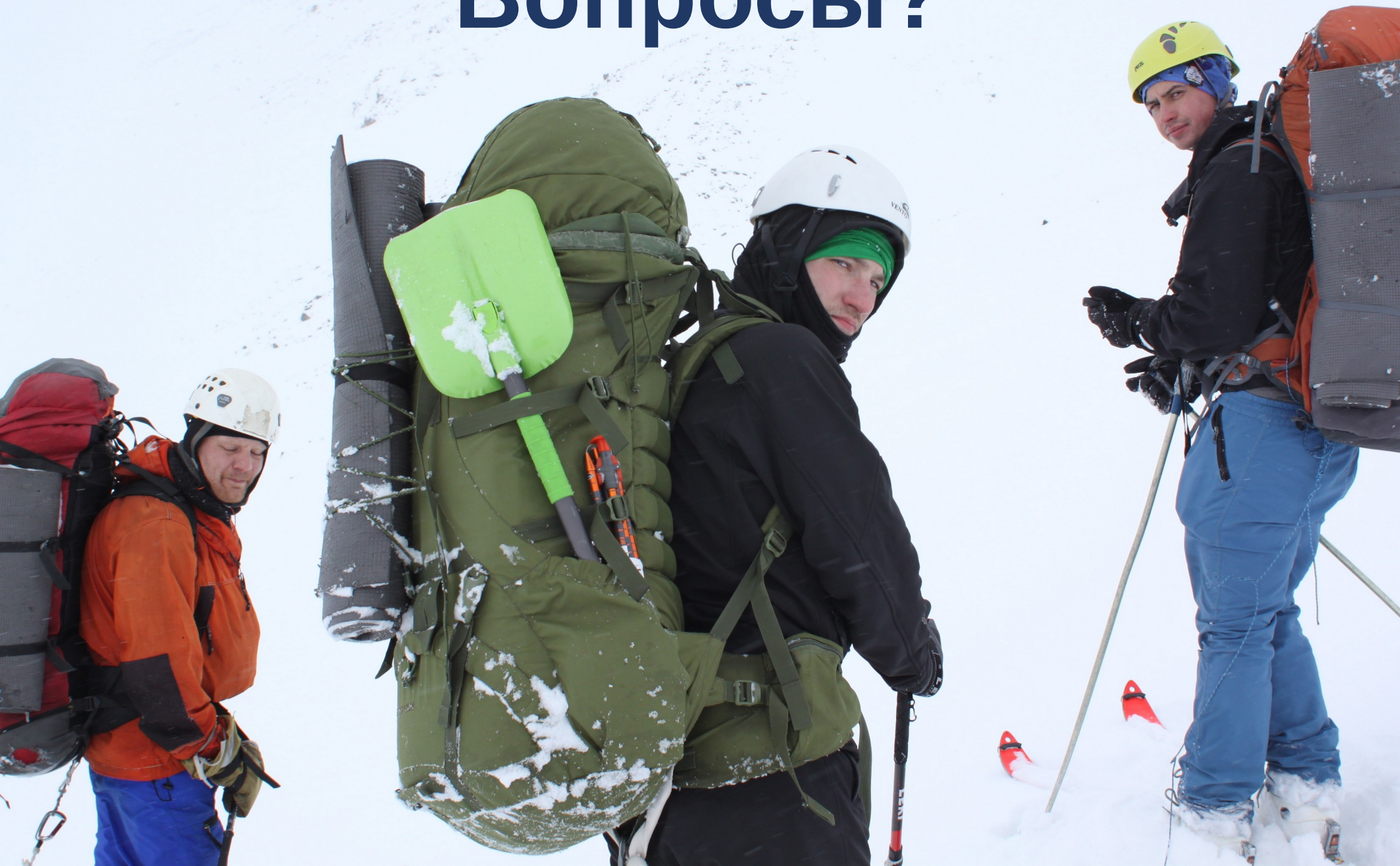
- Длина = рост – 20..40 см
- Рукоятка палки, стоящей на полу, должна доходить до подмышечной впадины или чуть ниже

По технике:

- Бери регулируемые



Вопросы?



Прочее лыжное снаряжение

- Мази держания
- Растирка синтетическая
- Скребок
- ЗИП для креплений и палок (см. лекцию по ремнабору)



Прочее лыжное снаряжение

- Шкерты или камуса



Вопросы?

