

WIELKA PRZYGODA – SPŁYW KAJAKOWY

Kilka informacji o ekwipunku na wyprawę kajakową Tato.Net

Na każdą wyprawę kajakową bierzemy tylko niezbędne i najpotrzebniejsze rzeczy.

Trzeba być przygotowanym na najgorszy scenariusz i pod tym kątem musimy zabezpieczyć się w niezbędne rzeczy. Nawet jeżeli bagaże są przewożone przez ekipę pomocniczą wielka ich ilość bardzo utrudnia przeprowadzanie spływu: załadunek, przewóz i rozładunek zajmuje dużo czasu.

Musimy pamiętać, że kajak ma ograniczoną ładowność i powierzchnię.

Trzeba tak rozmieścić swoje bagaże, aby nie utrudniały i nie krępowały ruchów, a w sytuacjach niebezpiecznych, np. wywrotka, nie utrudniały wydostania się z kajaka całej osadzie. Bagaże muszą być także równomiernie rozłożone, najlepiej w miejscach do tego przeznaczonych (luki bagażowe). **Ważne jest, aby były odpowiednio zapakowane w nieprzemakalne (wodoodporne, szczelne)**, najlepiej przystosowane do tego worki żeglarskie (kajakowe) lub zabezpieczone chociażby mocnymi workami na śmieci.

Na spływ kajakowy zabierz ze sobą tylko najpotrzebniejsze rzeczy.

Ekwipunek dobieramy w zależności od specyfiki i liczby dni spływu.

1. Sprzęt biwakowy:

- **namiot** (najlepiej zaopatrzyć się w namiot o dużej odporności na przemakanie - daje to poczucie bezpieczeństwa i komfort biwakowania podczas złej pogody);
- karimaty;
- śpiwory;
- krzeselka wędkarskie;
- mała butla gazowa (max 1 kg) lub kartusze jednorazowe (są mniejsze i w zależności od pojemności powinny wystarczyć na 4-5 dni) palnik, (dobrze przed spływem dogadać się z innymi i przygotować jedną butlę na dwie lub więcej osad);
- menażki (aluminiowe, metalowe, które mogą służyć do zagotowania wody); kubki metalowe (mogą być plastikowe, ale niepekające z dobrego materiału); niezbędnik (łyżka, widelec, nóż, otwieracz do konserw);

2. Wyżywienie:

- zabieramy tylko produkty o dłuższym terminie ważności i trwałości, konserwy. Nie bierzemy produktów szybko psujących się jak np. ser żółty; produktów miękkich, (które łatwo można zgnieść, pokruszyć, po kilku dniach są nieprzydatne i trzeba je wyrzucić, nie brać też produktów w słoikach – mogą się potłuc).
- **artykuły spożywcze powinny być dobrze zapakowane i ochronione przed wilgocią** - zapakowane w worki foliowe lub pojemniki hermetyczne (herbata, kawa, cukier, tzw. zupki chińskie).
- trzeba pamiętać, aby posiłki były kaloryczne i energetyczne
- należy zabrać jedzenie na wszystkie dni spływu, w wyjątkowych sytuacjach istnieje możliwość spaceru do sklepu po więcej prowiantu,
- organizatorzy zapewniają jeden ciepły posiłek dziennie, resztę posiłków uczestnicy przygotowują sami (nie dotyczy spływu Dniestrem)

3. Odzież:

- do kajaka zakładamy **lekkie, niekrępujące ruchów ubranie w zależności od pogody**. Mogą być krótkie spodnie, lekka koszulka, na którą **ZAWSZE** zakładamy kamizelkę asekuracyjną.
- Trzeba pamiętać, że podczas spływu w kajaku cały czas się ruszamy i nie można się przegrzewać. **Konieczne jest nakrycie głowy, najlepiej kapelusz okrywający uszy i kark** (czapka z daszkiem nie jest najlepsza).
- obuwie lekkie, przewiewne, łatwo odprowadzające wodę i szybko wysychające (mogą być sandały najlepiej z tworzywa, ale dobrze opinające nogę (w żadnym wypadku klapki - but ma się trzymać nogi nawet przy poślizgnięciu)

WIELKA PRZYGODA – SPŁYW KAJAKOWY

lub specjalne obuwie do wody. Ważne, aby miało twardą podeszwę. Wychodząc z kajaka można natrafić na ostre kamienie, gałęzie lub szkło.

- należy także pamiętać o **ciepłym ubraniu na chłodne dni** i wieczory podczas biwaku pod namiotem. Długie spodnie, podkoszulek z długim rękawem, polar. Trzeba przewidzieć ubranie na przebranie w razie przemoknięcia i dla higieny.

- **okrycie przeciwdeszczowe**. Nieprzemakalna kurtka z kapturem. Dobrze sprawdza się peleryna przeciwdeszczowa, ale w miarę profesjonalna (na kajaku podczas deszczu można zakryć kokpit i nie będzie nam się nalewała woda, natomiast jest utrudnienie podczas wiatru).

-biwaki z reguły odbywają się na łąkach i terenach nad rzeką. Trzeba pamiętać, że w tych miejscach bez względu na porę roku jest duże zaroszenie (obuwie typu adidas czy trampki bardzo szybko przemakają) sandały lub buty do wody sprawdzają się lepiej.

- **rękawiczki rowerowe** – przy codziennym wiosłowaniu mogą uchronić dłonie przed nieprzyjemnymi otarciami.

Co jeszcze??

1. Latarka, scyzoryk może być z piłą, zapałki, zapalniczka lub krzesiwo (z magnezją) do rozpalenia ogniska (zabezpieczone przed wilgocią)

2. Telefon komórkowy z zapisanymi numerami telefonów alarmowych oraz do przewodnika, komandora spływu lub innych uczestników (**zabezpieczony w etui wodoodporne**)

3. Okulary przeciwsłoneczne (z filtrem i polaryzacją) promienie słoneczne odbijają się od wody, co nie jest przyjemne przy długim płynięciu pod słońce.

4. Niezbędne akcesoria w apteczce: każdy do własnych potrzeb i warunków zdrowia.

- krem do opalania z większym filtrem

- środek przeciw komarom i kleszczom

- środki przeciwbólowe (według uznania)

- przeciw bieguncie, bólowi brzucha, krople żołądkowe, laremid

- środki łagodzące ukąszenie owadów np. Fenistil

- środki na otarcia, oparzenia (np. słoneczne) np. Bepanten, panthenol

- środki uspokajające, rozkurczowe, nasercowe

- koc ratunkowy (folia przeciw wychłodzeniu)

- maseczka do sztucznego oddychania (jednorazowa)

- środki dezynfekujące: woda utleniona, rywanol

- środki opatrunkowe: zestaw plastrów, gaza wyjałowiona, bandaż, bandaż elastyczny

- chusta trójkątna, plaster w rolce

Przydatne, ale niekonieczne:

- Wytrzymała linka średnica 8 do 10 mm może być z karabińczykiem, (jeżeli mamy linkę przypiętą do kajaka bądź w kajaku, koniecznie musimy mieć ostry nóż przy sobie łatwy do wyjęcia)

- mała siekierka biwakowa

- mały (np. 0, 5 l) termos na gorący napój w zimne dni do kajaka

Czego nie zabieraj na spływ kajakowy:

- zbędnego sprzętu elektronicznego- nie będzie nawet czasu go używać

- żadnych szklanych naczyń kuchennych (nawet tzw. nietłukących)

- walizek, neseserów

- parasoli

- szklanych butelek