

2 LATA W AZJI – LISTA SPRZĘTU

| KATEGORIA                   | SPRZĘT  | ILOŚĆ                | UWAGI  |
|-----------------------------|---|----------------------|--|
| UBRANIE                     |   |                      |  |
| Bielizna                    | koszulki Craft Ventilation L1                         | 2                    | podstawowa bielizna przez 2 lata w Azji, poza konieczną naprawą szwów na ramieniu służyły znakomicie   |
|                             | leginy Craft Zero Extreme Underpants                  | 1                    | moje ulubione, lekkie i ciepłe, prawie nie zajmują miejsca w plecaku   |
|                             | koszulka dl. rękaw Berghaus LS Zip                    | 1                    | cieplejsza bielizna, właściwie nie widać po niej oznak używania  |
|                             | majtki Jaxa Slips Extreme                             | 3                    | materiał coolmax, bardzo dobra oddychalność, przetrwały półtora roku   |
|                             | skarpety Expansive Bike                               | 3 pary               | lekkie i cienkie, dobrze odprowadzają pot, przetrwały rok, wełniane prawdopodobnie byłyby mocniejsze   |
| Bluzy                       | skarpety Bridgedale Trail                             | 3 pary               | ciepłe skarpety wełniane w góry i na zimę, nie chłoną zapachów, po dwóch latach nie są już tak miękkie, ale materiał bez uszkodzeń   |
|                             | lekka koszula bawełniana                              | 1                    | mogła uchodzić za wyjściową, w sumie nie okazała się potrzebna, odesłana po roku   |
| Spodnie                     | bluza Beri Kazalnica                                  | 1                    | Materiał Pontetorto Tecnopile Stretch, bardzo dobry współczynnik waga/izolacja   |
|                             | kurтка fleece   | 1                    | nepalska podróba North Face, używana tylko pod Annapurną i Dhaulagiri  |
| Kurtka                      | sztruksy Quechua, model nieznan                       | 1                    | kupione na zimne warunki, przetrwały niemal rok codziennego używania   |
|                             | trekingowe Quechua Forclaz 900                        | 1                    | jedne z najlepszych spodni górskich jakie miałem, lekkie, wytrzymałe i wiatroodporne   |
| Inne                        | ciemne nylonowe Alpinusa, model nieznan               | 1                    | produkt „starego” alpinusa, używane głównie w gorącym klimacie, przetrwały 15 miesięcy   |
|                             | Jack Wolfskin Stormaway                               | 1                    | kilkuletni GoreTex Paclite, bardzo lekki, wiatro- i wodoodporny, prosty krój, moja ulubiona  |
| Inne                        | chustka na głowę                                      | 1                    | warstwa zewnętrzna, ukradziona w Azji Centralnej   |
|                             | rękawice Thinsulate                                   | 1                    | zwykła bawełniana  |
|                             | czapka  | 1                    | grzały równie dobrze lub lepiej niż Polartec   |
| OBUWIE                      |   |                      |  |
| Buty                        | Meindl Engadin (kat. B/C)                             | 1                    | sprawdzone w górach do wys. 5600 m i temperaturach do -10 st. C, przetrwały w dobrym stanie, tylko skóra od środka wymaga podklejenia  |
| Sandaly                     | Campus Hip  | 1                    | naprawiane chyba z 20 razy, w końcu wyrzucone, nie polecam   |
| BAGAŻ                       |   |                      |  |
| Plecak                      | Karrimor Jaguar 75-95 L                               | 1                    | pancerny, intensywnie używany przez 8 lat, skradziony w Azji Centralnej, niestety nowe modele to zupełnie inny design i słabsza jakość   |
| Blecak podręczny            | Jansport 15 L, model nieznan                          | 1                    | Po pół roku rozpadł się, wyrzucony w Nepalu, zastąpiła go torba fotograficzna  |
| Dokumenty/pieniądze         | HIMountain Arm Bag                                    | 1                    | bardzo przydatna, niewidoczna z zewnątrz, nawet w gorącym klimacie nie drażniła skóry  |
| SPANIE                      |   |                      |  |
| Namiot                      | Quechua T2 Ultralight Pro                             | 1                    | waga 1,8 kg, dla 2 osób trochę ciasny, niezbyt wygodny w rozstawianiu, ale lekki, pakowny i nie zawiodł  |
| Śpiwór                      | Yeti GT 900   | 1                    | używany z wyjątkiem Azji Południowo-Wschodniej, temp. komfortowa do -16 st. C, po łącznie 8 latach używania puch stracił nieco sprężystość; ratował mi skórę zimą w Tureckim Kurdistanie, na trekingu wokół Dhaulagiri, Syberii, przysłał się też pod Annapurną, w pozostałe miejsca |
| Wkład bawełniany do śpiwora | Native Planet Sweet Dreams                            | 1                    | wystarczyłyby model dwukrotnie lżejszy   |
| Karimata                    | Model nieznan   | 1                    | kształt mumii ogranicza swobodę ruchów, lepszy byłby jedwabny prostokąt; sprzedany w Katmandu  |
|                             |   | 1                    | na początku podróży mata 5 mm, w Himalajach kupiłem 10 mm – okazała się wystarczająca  |
| KUCHNIA                     |   |                      |  |
| Menażka                     | Tatonka Kettle 1,6 L                                  | 1                    | Lekka i praktyczna, z uchwytem do wieszania nad ogniem, zmiażdżona przez traktor w Nepalu  |
|                             | stalowa menażka 0,8 L                                 | 1                    | dla drugiej osoby  |
| Palnik                      | Primus Eta Power 1,4 L                                | 1                    | kupiona w Nepalu; nie lubię naczyń z teflonem, ta jednak okazała się bardzo dobrym zakupem, radiator zmniejsza zużycie paliwa i skraca czas podgrzewania wody  |
| Kuchnia – inne              | MSR Pocket Rocket                                     | 1                    | lekki, mały, doskonale współpracuje z menażką Primusa  |
|                             | chwytnak  | 1                    | Primus   |
|                             | kubek   | 1                    | lekki, plastikowy  |
|                             | nóż   | 1                    | zwykły nóż kuchenny, żadnych ultra-lekkich wynalazków  |
|                             | łyżka   | 1                    |  |
|                             | zapalniczki   | 2                    | zawsze przynajmniej 2 źródła ognia przy sobie  |
|                             | Gaz (producenti: Primus lub Kovea)                    | 1                    | dostępny w całej Azji, głównie w ośrodkach turystycznych i największych miastach (Katmandu, Pekin, Teheran, Istanbul, Almaty, Biszkek, Duszanbe)   |
| HIGIENA                     |   |                      |  |
|                             | Kosmetyczka Alpinus, model nieznan                    | 1                    | (ten pierwszy Alpinus sprzed lat, drogie dzieci!)  |
|                             | szczołko do zębów + pasta                             | 1                    | standardowe, żadnych rozwiązań typu obcinania uchwyty szczołki itp.  |
|                             | mydło   |                      |  |
|                             | dezodorant  | 1                    | Opakowanie Rexony 50 g, w kulce starczyło na rok   |
|                             | maszynka do golenia                                   | 1                    |  |
|                             | małe nożyczki   | 1                    |  |
|                             | ręcznik   | 1                    | duża chusta 1 x 1,5 m, uniwersalna, jako nakrycie głowy, prześcieradło, torba na ramię i ręcznik   |
|                             | zасыpka do stóp                                       | 1                    | okazała się zbędna   |
|                             | krem z filtrem UV                                     | 1                    | kupowany po drodze, w góry wysokie z filtrem 30-50   |
|                             | środek na komary z DEET                               | 1                    | konieczny w Indiach i Azji Południowo-Wschodniej, miejscowe specyfiki są OK  |
| HIGIENA - SPRAWY DAMSKIE    |   |                      |  |
|                             | kubeczek menstruacyjny "Lady Cup"                     | 1                    | idealny zamiennik podpasek lub tamponów, nie tylko w podróz  |
|                             | szampon w małym opakowaniu                            | 1                    | Męska część ekipy zazwyczaj nie używała: -P  |
| SPRZĘT FOTOGRAFICZNY        |   |                      |  |
| Pokrowiec                   | Pokrowiec Lowepro Off Trail 1                         | 1                    | kompaktowy, dobrze spisywał się w górach, niestety pękł w nim suwak, w Tajlandii wymieniony na Inverse 200   |
| Aparaty                     | Torba Lowepro Inverse 200                             | 1                    | bardzo dobra choć większa od poprzedniego pokrowca, mieści także netbooka 10", dokumenty, pieniądze i in.  |
|                             | Aparat EOS 400D, w Tajlandii wymieniony na EOS-a 550D | 1                    | W 4-letniej lustrzance zaczął psuć się autofocus, dzięki pomocy rodziny i przyjaciół kupiliśmy nową. Możliwość kręcenia filmów w podróży to jednak duża sprawa :)  |
| Obiektywy                   | Olympus mju Tough 3000                                | 1                    | Teoretycznie wodoszczelny i wstrząsoodporny. Przez całą podróż miał zwarcie w baterii, zniszczył go drobny upadek w Wiethamie, nie polecam   |
|                             | Sigma 10-20 mm  | 1                    |  |
|                             | Sigma 17-70 mm  | 1                    |  |
|                             | Canon L 70-200 mm USM                                 | 1                    | 3 dobre szkła, szeroki zakres ogniskowych, odczuwałem czasem brak jakiegś jasnego  |
|                             | ładowarka + zapasowa bateria                          | 1                    | stałoogniskowego np. 50 mm/1,8   |
| Filtry                      | UV i polaryzacyjne HAMA                               | do każdego obiektywu |  |
| Statyw                      | Velbon V-POD  | 1                    | do zdjęć krajobrazu i w góry   |
| Karty pamięci               | na początku CF, potem SD – 32 GB + 8GB + 4GB          | 1                    | bardzo lekki, ale mało stabilny, zniszczony przez traktor w Nepalu   |
|                             |   | 3                    | karty o wyższej prędkości nie są dużo droższe, a umożliwiają kręcenie filmów HD  |
| ELEKTRONIKA                 |   |                      |  |
| Netbook                     | Netbook EMachines M 350 + zasilacz                    | 1                    | lekki, pojemna bateria, dość dobry, choć do pracy nad zdjęciami i filmami przydałoby się coś szybszego   |
| Inne                        | dysk zewnętrzny 500GB                                 | 1                    | wymieniony na nowy po wypadku w Nepalu, w 2-letniej podróży i przy fotografowaniu w formacie RAW potrzebny byłby co najmniej 1TB   |
|                             | telefon + ładowarka                                   | 1                    | Użyaliśmy tylko jednego wymieniając karty SIM  |
|                             | odtwarzacz MP3  | 1                    | Używany głównie jako dyktafon do nagrywania dźwięków, zniszczony w Nepalu  |
| DOKUMENTY                   |   |                      |  |
|                             | paszport  | 1                    | do kraju wróciłem na trzecim :)  |
|                             | dowód osobisty  | 1                    | na wypadek zgubienia paszportu   |
|                             | karty bankowe   | 1                    | dobrze schowane, trudne do odzyskania w razie kradzieży za granicą   |
|                             | zdjęcia   | 10                   | do wiz będziesz potrzebował więcej niż sądzisz!  |
|                             | kopie paszportu                                       | 2                    | w formie papierowej oraz na serwerze zabezpieczone hasłem, polecam korzystanie z darmowej usługi Dropbox   |
|                             | książeczka szczepień                                  | 1                    | ani razu nie była przydatna, ale na niektórych granicach może być przydatna (podobno Afganistan bardzo rzadko wymaga szczepienia na polio)   |
| mapy                        |   | 1                    | Używany głównie jako dyktafon do nagrywania dźwięków, zniszczony w Nepalu  |
|                             |   |                      | Ściągnięte z sieci i drukowane lub kupowane przed wizytą w konkretnym miejscu  |

| KATEGORIA                           | SPRZĘT                                  | ILOŚĆ     | UWAGI  |
|-------------------------------------|---|-----------|--|
| DODATKI                             |   |           |  |
| Okulary                             | okulary przeciwsłoneczne Julbo Colorado | 1         | do dziś załuję, że zgubiłem je w Chinach, jeden z najtańszych, a przy tym najlepszych modeli tej firmy, jako jedyne pasują do mojej nietypowej twarzy :) |
| Czołówka                            | czołówka Petzl Tikka XP                 | 1         | Mój ulubiony model, bardzo dobry stosunek waga/jasność/zużycie energii, zgubiona pod Annapurna   |
| Kompas                              | Silva Field                             | 1         | Prosty, wystarczający do nawigacji w każdym terenie  |
|                                     | notes + długopis                        | 1         |  |
|                                     | konwerter gniazdek elektrycznych        | 1         | przydatny głównie w Chinach  |
|                                     | sznurek do wieszania prania             | 1         |  |
| Szczyrek                            | Victorinox Forester                     | 1         | przydatny do napraw sprzętu, jako otwieracz itp.   |
|                                     | zestaw do szycia                        | 1         |  |
|                                     | mała kłódka                             | 1         | do zamykania szafek i hotelowych pokoi   |
|                                     | moskitiera 2 os.                        | 1         | znaleziona w Malezji, ostatecznie nieużywana i odesłana do Polski  |
| APTECZKA (STAN NA POCZĄTKU PODRÓŻY) |   |           |  |
|                                     | apteczka osobista JanySport             | 1         | używałem kilku takich przez ostatnich 15 lat, bardzo dobra   |
|                                     | bandaż elastyczny                       | 2         | przydał się kilka razy, przy przecięciu kolan lub stawu skokowego  |
|                                     | gaza opatrunkowa                        | 4         |  |
|                                     | plastry z opatrunkiem                   | 1 kompl.  |  |
|                                     | plater w rolce                          | 1         |  |
|                                     | płyn do odkażania                       | 50 ml     |  |
|                                     | ibuprofen                               | 1 op.     | przeciwbólowy, przeciwzapalny  |
|                                     | antybiotyk Biseptol                     | 1 op.     | zatrucia pokarmowe, używany w Pakistanie   |
|                                     | Nifuroksazyd                            | 1 op.     | zatrucia pokarmowe, używany wielokrotnie   |
|                                     | aspiryna                                | 1 op.     | przeciwbólowa, nieznacznie łagodzi wpływ wysokości, dla nas okazała się zbędna   |
|                                     | tramal                                  | 1 op.     | poходna morfiny i silny lek przeciwbólowy, używałem raz po nadwyżeniu kręgosłupa (odlot gratis!)   |
|                                     | folia NRC                               | 1         | służyła jako izolacja podłogi w namiocie w górach i na Syberii   |
|                                     | maseczka do sztucznego oddychania       | 1         |  |
|                                     | Orsalit                                 | 20 szasz. | uzupełnia elektrolity, używaliśmy wielokrotnie przy zatruciach   |
|                                     | aviomarin                               | 1 op.     | choroba lokomocyjna, stosowaliśmy na himalajskich drogach  |
|                                     | rękawiczki lateksowe                    | 2 pary    |  |
|                                     | deksametazon                            | 1 op.     | choroba wysokościowa, nie stosowaliśmy   |
|                                     | diuramid                                | 1 op.     | choroba wysokościowa, nie stosowaliśmy   |
|                                     | przyrząd do wyciągania kleszczy         | 1         | Przydał się na Syberii   |