# همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی




**کوله پشتی یکی از تجهیزاتی است که برای حمل لوازم و وسایل مورد نیاز از آن استفاده میشود به عبارت دیگر تمام وسایل مورد نیاز یک کوه نورد باید درون وسیله ای قرار گیرد که این وسیله کوله پشتی(Back pack) نام دارد.**

باید دارای ویژگی هایی باشد که بتوان از آن به راحتی بیشترین بهره را برد. بنا براین انتخاب یک کوله پشتی مناسب و تنظیم صحیح آن روی بدن، دو مسله بسیار مهم است.  (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

انتخاب کوله پشتی از اهمیت بالایی برخوردار است زیرا این وسیله همراه همیشگی شما هستند. در چندین سال اخیر شرکت های معتبر جهان کوله پشتی هایی باکاربرد های مختلف، در ابعاد و سایز های مختلف طراحی کردند که کار کاربر را در انتخاب کوله مورد نظر، آسانتر کرده است.

کوله باید دارای پارچه ای انعطاف پذیر و مقاوم در برابر نفوذ آب، کاور مخصوص ضدآب ، تسمه هایی با اسفنج نرم و قفل شونده برای شانه ها و کمر، با رگلاژ و عرض مناسب و همچنین باید دارای پشتی و زین داخلی استاندارد برای جلوگیری از فشار مضاعف به فرد، شانه ها و ستون مهره ها باشد تا صدمه جبران ناپزیری به کوهنورد وارد نشود. (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## انتخاب و خرید کوله پشتی مناسب:

یقینا شما برای خرید یک کوله پشتی، مشخصه و ویژگی هایی رو مد نظر دارید و براساس اون انتخاب نهایی خودتون رو میکنید.

## ویژگی های مهم و تعیین کننده در هنگام خرید به صورت زیر است:

۱. جنسیت کوهنورد (زن یا مرد)
۲. جم یا همان لیتر کوله(حجم بار)
۳. میزان وزنی که قرار است داخل کوله قرار بگیرد (وزن بار)
۴. نوع فعالیت یا برنامه
۵. قیمت و مارک معتبر

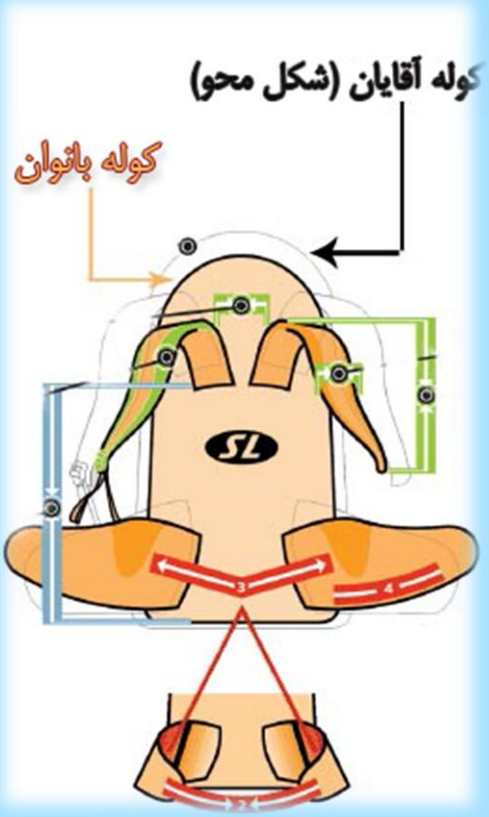
### جنسیت کوهنورد:

جنسیت فاکتور بسیار مهمی است چرا که فیزیک بدنی آقایان با خانم ها تفاوت فراوانی دارد و به همین دلیل شرکت های معتبر کوله هایی ویژه بانوان طراحی میکنند. خانمها عموما نسبت به آقایان استخوان بندی ریز تر و ظریف تری دارند، شکل پایین تنه و خصوصا، فیزیک استخوان لگن آنها متفاوت است و سرشانه های بزرگی ندارند. کوله های مناسب خانم ها با علایمی مثل **SL - lady - women** و اشکالی مثل گل شیپوری مشخص میشود که بستگی به کمپانی سازنده دارد. البته آقایانی هم که دارای استخوان بندی ریزتری هستند می توانند از این کوله ها استفاده کنند.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## کوله پشتی خانمها و آقایان

همانطور که میبینید کوله خانمها کشیده تر ، دارای بندهای کوله نزدیک به هم و کمربندی باریک تر و با شکلی قوس دار است که بهتر روی استخوان لگن خانمها کوله بشیند. نکته دیگر اینکه آقایانی هم که دارای استخوان بندی ریزتری هستند می توانند این کوله ها را نیز در موقع خرید امتحان کنند شاید برای آنها مناسب تر باشد. (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)




- نوع برنامه یا فعالیت:

هنگام خرید یک کوله پشتی نوع برنامه های که قصد اجرای آن را دارید، مد نظر قرار بدهید. بدین منظور شرکت های سازنده کوله پشتی، برای فعالیتهای مختلف کوله پشتی های مختلفی طراحی و تولید می کنند مثل کوهنوردی، کوهنوردی فنی یا آلپی، طبیعت گردی و کمپینگ، سنگ نوردی، غارنوردی و....

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## کوله های طبیعت گردی :

دارای جیبهای مختلفی اطراف کوله هستن و در برخی مدلها یک کوله کوچک به کوله اصلی متصل شده که میشه اونرو جدا کرد و وقتی اطراف کمپ میخواید گشت و گذار کنید همراه ببرید.



## کوله های کوهنوردی :

برای حمل بار در ساعتهای طولانی مناسب بوده و جیبهای کمتری در اطراف دارند. (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)



## کوله های فنی و آلپی :

کشید ترین شکل رو دارند و گاها از جیب در اطراف اونها هم خبری نیست همچنین طراح در طراحی اونها برای حمل وسایلی مانند چوب اسکی ، کرامپون ، تبرهای یخ جایی رو در نظر گرفته.




## کوله سنگ نوردی :

کوله ای باریک و بلند که از عرض پهلوهای سنگ نورد باریک تر است تا دستهای سنگ نورد مانور بیشتری داشته باشند و سنگ نورد بتواند به راحتی از میان تنوره ها و شکاف ها عبور کند.



## کوله یخ نوردی :

کوله ای کاملا ضد آب با ویژگی های کوله سنگ نوردی اما داری بندهای مخصوص جهت حمل وسایل یخ نوردی.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)



## کوله غار نوردی :

کوله ای بسیار کشیده و استوانه ای، با ظاهری بسیار ساده.




کوله های مخصوص جهت برنامه های ویژه. مانند: امداد و نجات، شکار، پیمایش دره و جنگل، حمل کودک، پیمایش کویر و باربری.

البته برخی کمپانی های معتبر دارای کوله های اکسپدیشن هم هستند که مشخصات کوله های فنی رو دارند ، دارای وزن سبک تر و گنجایش بیشتر و در عین حال توان حمل وزنهای بسیار بالاتر را نیز دارند و به همین خاطر دارای قیمتهای بسیار بالایی هم هستند.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## حجم کوله:

حجم یا همان لیتر، باریست که شما میخواید درون کوله قرار بدید. با این وجود میزان حجم باری که درون یک کوله می توان قرار داد به دو واحد مختلف لیتر ویا اینچ مکعب بیان می شه. در واقع حجم دقیق یک کوله با واحد اینچ مکعب تعیین می شه، اما به دلیل قابل فهم بودن برای همه، آن را به واحد لیتر تبدیل کرده و بیان می کنند و اینکه بعضی- وقتها میشنویم حجم کوله مثلا ۶۰ لیتری دقیقا ۶۰ لیتر نیست به خاطر همین تبدیل است که ممکن است پس از تبدیل، عددی مثل ۵۹/۸۳ شود و دقیقا حجم ۶۰ لیتر را به ما ندهد ولی هیچ کجا حجم کوله به لیتر را به صورت اعشار بیان نمی کنند و در این مثال ۶۰ اعلام میشه. در کل این نکته مهمی نیست.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

نکته مهم بعدی اینه که برخی کوله ها به خصوص شرکت های آمریکایی دارای سایز بندی **small – medium – large** در کوله هاشون هستند که بین این سایز بندی ها شاهد اختلاف یکی دو لیتر هستیم اما از اونجا که در ایران اکثرا محصولات کشورهای اروپایی در بازار موجوده، با این مسایل کمتر مواجه میشیم.

حجم مناسب، به عواملی مثل: مدت زمان برنامه، فصل اجرا و نهایتا حجم وسایل یا بار کاربر بستگی داره که بسته به این عوامل، کوله ها اندازه و اشکال متفاوتی دارد.



حالا سوال اصلی که برای همه مون موقع خرید پیش میاد اینه که چه حجم کوله ای بخرم. اکثرا میدونیم که حجم مناسب به سه عامل بستگی داره : مدت زمان برنامه ، فصل اجرای برنامه و آخر هم حجم وسایل خود کوهنورد. باز هم همه میدونیم که کوله برنامه ۱ روزه با ۳ روزه فرق میکنه ، حجم وسایل در زمستان از سایر فصلها بیشتره و هرچه وسایلمون حرفه ای تر و کم حجم تر باشه به کوله کوچکتری نیاز داریم . با این حال یه راهنمای عمومی برای حجم مورد نیاز میتونه یه چیزی شبیه این باشه:

## جدول انتخاب حجم کوله

| بهترین حجم کوله | | فصل | دوره سفر |
|---|---|---|---|
| لیتر | اینچ مکعب | | |
| 65-80 | 4000-5000 | تابستان | 5شب و بیشتر |
| 80-90 | 5000بالاتر و | بهار/پاییز | |
| 80-90 | 5000بالاتر و | زمستان | |
| 50-65 | 3000-4000 | تابستان | 3تا ۵ شب |
| 65-80 | 4000-5000 | بهار/پاییز | |
| 80-90 | 5000بالاتر و | زمستان | |
| 40-50 | 2500-3000 | تابستان | 1تا ۲ شب |
| 50-55 | 3000-3500 | بهار/پاییز | |
| 65-80 | 4000-5000 | زمستان | |
| 25-35 | 1500-2000 | تابستان | فقط کوهپیمایی یک روزه |
| 35-40 | 2000-2500 | بهار/پاییز | |
| 40-55 | 2500-3500 | زمستان | |

و یا:




**۱۵ لیتری و کمتر** –برای حمل وسایل مختصر، معروف به کوله قله یا حمله.




**۲۵ الی ۴۰ لیتر** –برنامه های یک روزه در فصول مختلف.



**۴۰ الی ۶۵ لیتر** –برای برنامه های ۲ روزه و چند روزه.



**۶۵ الی ۸۰ لیتر** –جهت اجرای برنامه های ویژه چند روزه در فصول مختلف.



وزن بار:

علاوه بر حجم، وزن بار هم بسیار مهم است. شاید تا به حال به این موضوع هیچ توجهی نداشتیم اما این یک نکته ای بسیار کلیدی در انتخاب کوله پشتی است. کوله پشتی هایی با حجم یکسان می توانند برای حمل وزنهای مختلفی طراحی شده باشند. حداکثر وزنی را که کوله مورد نظر میتواند تحمل کن توسط شرکت سازنده اعلام میشود. به شکل زیر دقت کنید. هر دو کوله دارای حجم یکسان هستند اما وزن های مختلفی را حمل میکنند.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)




کوله هایی که در تصویر مشاهده می کنید از آنجا که با SL مشخص شده برای خانمها طراحی شده و کوله سمت راست برای حمل حداکثر ۲۷ کیلوگرم و دیگری برای حمل حداکثر بار ۲۰ کیلوگرم طراحی شده است. این ویژگی باعث شده که کوله سمت راست با وزن دو و نیم کیلو سنگین تر از کوله دوم، با وزن یک کیلو و هفتصد گرم باشد و همچنین کوله اول از نظر قیمت گرانتر از کوله دوم باشد. حداکثر وزن مشخص شده به این معنا نیست که اگر وزن بیشتری داخل کوله قرار دادیم کوله پاره شود و طاقت آنرا نداشته باشد بلکه به معنی اینست که دیگر کوهنورد آن احساس راحتی قبلی را نخواهد داشت و سیستم کوله برای انتقال وزن بار به روی بدن به صورت صحیح جوابگو نخواهد بود. شما باید علاوه بر مقدار حجم وسایل، وزن آنها را نیز محاسبه کنید یا تخمین بزنید تا کوله مناسب تری انتخاب کنید. در این مثال اگر حجم بار شما حداکثر از ۷۰ لیتر تجاوز نمی کند و وزن آن از

حدود ۲۰ کیلو فراتر نمی رود می توانید با انتخاب کوله دوم هم در پول خود صرفه جویی کنید و هم به دلیل اینکه کوله سبک تری به برنامه میبرید بار کمتری در مجموع حمل کنید و انرژی کمتری مصرف و لذت بیشتری ببرید.

پس: اگر ۲ کوله با مارکهای یکسان، حجم های یکسان ولی وزنهای مختلف دیدید، وزن کوله سبک تر دلیل بر تکنولوژی برتر نیست. بلکه به احتمال زیاد کوله سبک تر برای حمل وزن کمتری طراحی شده که باید ریز بین باشید و اطلاعات کوله ها را دقیق مطالعه کنید.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## اندازه کوله پشتی:

اندازه کوله باید متناسب قد شما باشد. اگر قد کوله برای شما کوتاه باشد فشار وزن کوله بیشتر در قسمت میانی کمر قرار میگیرد که در مدت زمان طولانی باعث درد در قسمت میانی کمر شما خواهد شد و اگر قد کوله بلند باشد روی عضلات سرینی قرار میگیرد و مانع در حرکت مناسب شما خواهد شد و تعادلتان را بهم خواهد زد. قبل از خرید کوله پشتی باید به این نکته دقت کنید، چیزی که کمتر کسی ـ به آن اهمیت میدهد و اتفاقا بسیار مهم نیز می باشد. هر کوله پشتی برای یک محدوده مشخص اندازه تنه کوهنورد مناسب می باشد (باسن تا گردن).

برای هر دو کوله چیزی به عنوان **Torso** در قسمت ویژگیهای کوله (**Specification**) آمده است و محدوده ای را به اینچ مشخص کرده. مثلا برای کوله اول ۲۰ـ۱۳ اینچ ذکر شده یعنی بین ۳۳ سانتیمتر تا حدود ۵۱ سانتیمتر. این عدد اندازه ارتفاع تنه شماست به این نحو که مطابق شکل زیر از بالای باسن تا ابتدای گردن (جایی که شانه و گردن به هم میرسند) را اندازه گیری می کنیم .(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

حال در موقع خرید کوله پشتی باید کوله ای را بخرید که اندازه تنه شما در محدوده اندازه ذکر شده کوله پشتی باشد. چنانچه اندازه تنه شما برای دو سایز مختلف کوله مناسب بود همیشه اندازه کوچکتر را انتخاب کنید. البته در ایران که اکثرا کوله های اروپایی به فروش می رسد هر کوله تنها در یک سایز ارایه می شود اما اکثر کوله های آمریکایی حداقل در سه سایز کوچک ، متوسط و بزرگ ارایه می شود و اینجاست که می توانید تفاوت تکنولوژی و

دقت آمریکایی را با اروپایی مقایسه کنید. به همین دلیل، کاری که هنگام خرید در ایران باید بکنیم این است که چنانچه اندازه تنه ما در محدوده کوله انتخابی نبود باید یا به سراغ نوع دیگر برویم یا چنانچه اندازه تنه کوهنورد کوچک تر از محدوده بود و کوهنور مرد بود به سراغ مدل زنانه آن کوله برود. (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

برای مثال به کوله سمت راست نگاه کنید. کوله ای کشیده نسبت به کوله دومی است و محدوده اندازه تنه بزرگتری دارد. هر دو از یک کمپانی و یک سری اما کوله اول برای افراد خاص ساخته شده. افرادی که قد آنها بالای ۱۸۵ سانتی متر است و این محدودیت را با حروف **EL** نشان میدهند. حتی بدرد من که ۱۸۳ سانت قدمه نمیخوره و نمیتونیم اون طور که باید وشاید باهم کنار بیایم. (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## مارک معتبر:

معتبرترین شرکتهای کوله پشتی های کوهنوردی Lowe , Millet, NorthFace Deuter , Alpine و ... میباشند.

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

## پیشنهادات پایانی خرید کوله:

- شاید بپرسید چرا باید کوله های خارجی گران بخرید؟ مهمترین موارد کیفیت پارچه، زیپ های بسیار با کیفیت در شرایط آب و هوایی گوناگون ، تنظیم بار درست، راحتی و مهمتر از آن اطمینان است.
- اکثر کوهنوردان نیاز به ۳ کوله ی قله، یک روزه و سه روزه دارند.
- 
  - **کوله قله** فقط باید سبک باشد و نیاز به هزینه کردن برای خرید کوله های گران نیست.
  - **کوله های یک روزه** خرید با قیمت مناسب کوله ایرانی قایا (Gaya) یا نیکو(Neeko) ) پیشنهاد می کنیم، اگر دستان در جیب می رود بیشک دویتر (Dueter)بخرید.

- **کوله های سه یا چند روزه** باید دستان به جیب برود و پس از انتخاب نوع فعالیت دویتر Dueter بگیرید و یا Lowe Alpine, Millet که در این موارد کاملا سلیقه است.

- در نهایت از فروشگاه معتبر خرید کنید و کوله و کفش را اینترنتی سفارش ندید...

(همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

دسته بندی:راهنمای خرید لوازم کوهنوردی

کلیدی: (همه چیز در باره خرید کوله پشتی کوهنوردی)

