

1907

2007

País de Transvaal

- Cien años de Escultismo -

21

Campismo

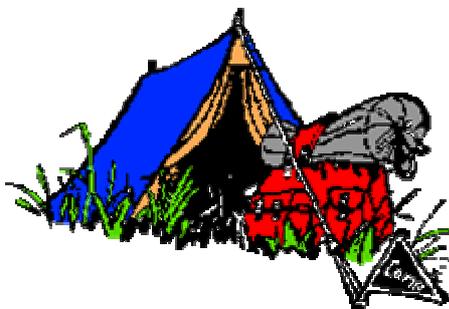
Por el término "campismo", nos referimos, a las técnicas de acampada que debemos conocer para que nuestras actividades en la naturaleza, tengan éxito. La mejor forma de aprender estas técnicas es la experiencia. La primera vez que vamos de acampada con nuestro Grupo Scout, nos daremos cuenta, de lo importante que es saber hacer bien la mochila o como montar correctamente la tienda de campaña.

Ahora vamos a hablar de algunos elementos indispensables para una buena acampada:

La Mochila:

No hay una regla general de la mochila adecuada, debemos escoger la que mejor se adapte a nosotros y a nuestros objetivos.

Tiene que ser lo más cómoda posible: El almohadillado de las correas, espalda y cintura en las más grandes debe ser de calidad. Algunos modelos tienen un diseño que permiten una gran ventilación para la espalda y la regulación de su altura, esto último es muy confortable. Debe incorporar correas de carga para el pecho y la cintura.



Resistente al desgaste y a la abrasión: Ligera, algunas llevan armazón, no son muy aptas para excursiones de un día porque incrementan el peso 1 o 2 Kg, en cambio el armazón es ideal para estabilizar la carga e incluso es recomendable para salidas de más de un día, y cuando llevamos ya un considerable peso, porque descarga parte en la cadera aligerando así los hombros.

La capacidad, dependerá del uso y de los días de marcha. Normalmente la capacidad de las mochilas viene denominada en litros, siendo las de 30 l., las más recomendadas para excursiones de un día. Las de 30 a 55 l, son las más extendidas, son las utilizadas para salidas de 1 a 4 días. Por último las de 60 l, o más se usan para campamentos, expediciones y salidas de varios días.

Si es impermeable, mejor que mejor.

Cuántas menos cosas llevemos colgando de la mochila, menos nos molestarán en la marcha.

No está de más una cremallera en la parte inferior para poder acceder más rápido a los objetos del fondo.

El Calzado:

Es la prenda más importante, si nuestros pies no están cómodos, no iremos muy lejos.

En la montaña es muy importante tener el tobillo muy bien sujeto debido a lo desigual del terreno, por lo que el calzado debe ser tipo bota.



A lo largo de la jornada los músculos se van resintiendo y cansando, esto hace que las articulaciones se encuentren en tensión, y el tobillo se encuentra sometido a gran presión por lo que puede acabar torciéndose en alguna mala pisada. Con una bota de caña media-alta mitigaremos esa tensión al tener una sujeción complementaria, además de ofrecer protección ante una torcedura.

Las suelas deberán ser gruesas, anti-deslizantes y con un dibujo de tacos bien marcado. Según el uso que le

vayamos a dar encontraremos botas más o menos características:
Evitar uno de los errores más comunes; El estrenar el calzado en una salida.

La Tienda de Campaña:

Es fundamental para las acampadas. Uno de los aspectos que debemos valorar es su ligereza a la hora de transportarla.

Últimamente las tiendas "igloo" están arrebatando el carácter popular que antes tenían las "canadienses". La mayor ventaja de la "igloo" es su poco peso y en algunos casos la rapidez y comodidad del montaje, Antes de comenzar a montar la tienda debemos buscar un terreno apropiado.

En principio conviene evitar lugares húmedos y bajos, eludiendo sobre todo las orillas de pantanos o grandes ríos. Debe buscarse un sitio resguardado del viento, buscando taludes y barreras de vegetación, pero evitando cauces de ríos o arroyos secos. Es preferible un lugar cercano a un riachuelo o manantial y asentado en un terreno llano, a poder ser con una leve inclinación. Limpiar bien el lugar donde pondréis el suelo, de palos y cualquier objeto que lo pueda estropear o lo que es peor, estropear vuestra espalda.

Una vez escogido bien el terreno ya se puede empezar a montar la tienda.



Montaje de la tienda de campaña. Es conveniente montarla entre dos o tres personas. Lo primero que haréis es estirar la tienda y colocar el suelo que aseguraréis con las piquetas colocando en primer lugar las cuatro laterales. La piqueta se colocará con suavidad, no perpendicularmente a la tierra, ya que se soltaría, sino haciendo un pequeño ángulo. Jamás clavéis una piqueta con el pié, lo más probable será que se doble y se estropee, si se atasca, puede ser debido a que tropezó con una pequeña piedra o raíz, movedla para intentar evitarla, si aún así no entra, intentar clavarla en otro sitio.



A continuación colocaréis los mástiles. Levantada la tienda procederéis a colocar las piquetas de los vientos, estos deben estirarse en el sentido de la costura e introducir la piqueta de

forma correcta tal como ya se describió.

Para terminar instalaréis el doble techo siguiendo las recomendaciones antes señaladas para vientos y piquetas muy importante que el doble techo quede separado de la tienda. La cámara de aire que se forma, es una magnífica protección contra el agua de la lluvia y el calor del sol.

Si el doble techo toca la tienda, lo más probable será que si llueve, por ese lugar pierda la impermeabilidad y entre el agua.

Además el doble techo debe de quedar siempre liso, sin arrugas de ninguna clase, ya que estas pueden ocasionar también problemas de filtración de agua en caso de lluvia.

El Saco de dormir:

Algo imprescindible en cualquier acampada es el saco de dormir, ya que la calidad del sueño es una de las cosas que más hay que cuidar. Cuando compremos un saco hay que fijarse en características como su capacidad térmica, el peso, las dimensiones o su composición. Existen sacos de pluma, de muy buena calidad e imbatibles al frío y también sintéticos de relleno suave, aislantes al frío y lavables. En cuanto a la temperatura, los sacos especifican los grados bajo cero que son capaces de soportar. Para pasar la noche de la mejor manera posible, es recomendable que el saco esté seco y que conserves calor antes de meterte en él. Un truco es cenar algo caliente y beber en cantidad puesto que el frío aumenta con la deshidratación.

Para conservar tu saco en condiciones óptimas y, siempre que tengas algún lugar en casa, lo mejor es que lo guardes estirado y sólo lo metas en la funda cuando tengas que salir de acampada.

Además del saco en sí, también resulta muy útil el llevar un aislante o colchoneta. Los suelos de las zonas de acampadas pueden darle una sorpresa desagradable a nuestras articulaciones y músculos cuando despertemos. Con el aislante beneficiaremos a nuestro descanso y estaremos mucho mejor físicamente para enfrentarnos a otra jornada mochila a cuestas.

CANCION N° 21

EN TUS BOSQUES

En tus bosques encuentro la paz,
siento cerca el arroyo que me habla.
Cada letra de tu nombre,
son recuerdos y esperanzas.
Un amigo he encontrado en ti,
y a la vez un refugio, un hogar.
Y aunque a veces me haga sufrir,
se que siempre en mí estarás.

Hoy quiero darte las gracias,
quiero que escuches mi voz.
Son muchos años pisando,
tu suelo y tu corazón.
He abandonado el asfalto,
acudiendo a tu llamada,
veo en tu río alegría,
y en el fuego tu mirada.
En tu bosque una ilusión
y en tu senda mi mañana.

En tus bosques encuentro la paz,
Siento cerca el arroyo que me habla.
Cada letra de tu nombre,
Son recuerdos y esperanzas.
Un amigo he encontrado en ti,
Y a la vez un refugio, un hogar.
y aunque a veces me haga sufrir,
Se que siempre en mí estarás.

Escucho tus mil sonidos
Que tejen una canción
quizás un canto de angustia
Quizás un grito de adiós.
Aguantas el duro invierno
Tienes ganas de vivir.
Y la huella del progreso
No te podrá destruir.
por eso quiero decirte,
Que lucharemos por ti.