

MONTAJE DE MOCHILA

En primer lugar deciros que el objetivo de este manual es conseguir que vuestras mochilas sean verdaderos "tubos" rectos. Muchas veces es mejor llevar un macuto pesado, pero bien hecho, que uno más ligero pero con bultos en la espalda, que luego te pueden matar durante una marcha.

Antes de nada unas pequeñas nociones básicas acerca de las mochilas, sobre todo para las rutillas:

1. La zona de la espalda de la mochila no tiene que tener **NINGUN BULTO**.
2. No puede haber nada colgando de la mochila. Ni jerséis, ni cantimploras, ni botas... **NADA**. Todo eso te desestabiliza al andar y produce un vaivén muy incómodo.
3. Las correas que te sujetan la mochila tienen que estar completamente apretadas (iiipero que no te corten la circulación!!!). Si llevas la mochila pegada a la espalda te será mucho más cómodo andar, dado que seréis siameses tú y tu mochila, mientras que si la llevas suelta y te cabe un brazo entre tu espalda y ella malo, muuuuy malo...
4. Es mejor llevar muchas bolsas pequeñas que una muy grande. Guarda la ropa interior en una bolsa y los pantalones y jerséis en otra. No lleves todo en una grande porque sino no podrás llenar esos pequeños huecos que te queden y esto es lo más importante para poder conseguir el tubo.

A partir de ahora, os voy a explicar los pasos para hacer el macuto (pensaremos en el macuto de la marcha de acampadas de 2-5 días):

1.- ¿Qué meto en la mochila?

¿Me lo llevo todo?

¿No me llevo nada?

Empezaremos analizando el material que necesitas:

Lo primero, el **saco**. ¿Pijama? yo diría que no (es mas peso, todo vuestro), lo importante es no dormir nunca con nada de ropa que hayamos llevado durante el día.

Ahora veamos la ropa de repuesto: Si puedes llevar unos **pantalones desmontables** mejor que mejor porque así ya tienes un 2en1: unos cortos y otros largos. Si no, pues ya sabes, unos cortos y unos largos, que de día suele hacer calor y de noche refresca.

Respecto al tema del **abrigo** hay que decir un par de cosas: la montaña no es como nuestra ciudad (capital de la Costa del Sol), y por las noches hace frío, de manera que cuando se avisa de que se coja ropa de abrigo, es muy sencillo: abrigo, guantes, braga para el cuello y un gorro (nunca viene mal y ocupa muy poco espacio).

Ahora para la **ropa interior**: llevaos una camiseta y unos calzoncillos o bragas para cada día y uno más, nunca se sabe. Calcetas, echad un par para cada día y un par más de sobra, ídem de lo mismo.

Y no se puede olvidar la **bolsa de aseo**: una bolsita donde quepan un cepillo de dientes, un botecito de pasta y otro botecito de jabón para lavarse un poco, repito **BOTECITO**, el bote de 1L pesa mucho y no se gasta ni en un campamento (hecho comprobado empíricamente por algunos despistados). Para las melenas de los coquetos es obligatorio un peine o cepillo, también unos pañuelos e **IMPRESCINDIBLE** la protección solar.

2.- ¿Cómo meto todo esto?: Reparto de peso

(Akela... no me cabeee!!)

Parece bastante razonable empezar a meter el saco en el fondo del todo. Sí lobatos, sí... **EL SACO VA DENTRO Y AL FONDO**, sé que puede ser difícil, pero va al fondo.

Una **funda compresora** para el saco es casi **OBLIGATORIA** a no ser que contéis con uno de esos sacos último modelo que pesan poco más de 1 kg y ocupan la mitad de un saco convencional. Si no la tenéis, el saco se os comerá media mochila, puede que más (hecho también comprobado por algún pietierno).

Justo después metemos el jersey y los pantalones de repuesto en una bolsa. Esto lo metemos al fondo porque no es lo que necesitamos tener a mano en todo momento y suele ser lo que más pesa también.

Las camisetas de repuesto pueden ir a continuación.

Metemos la ropa interior en su respectiva bolsa. Si hay poca y ocupa poco espacio podemos meterla en un bolsillo lateral para tenerla más a mano.

Una vez hemos metido toda nuestra ropa pasamos a introducir la comida y el material que tengamos que llevar. Si te toca llevar la perola aprovecha el hueco que

tienes dentro de la misma para meter latas, pasta o lo que sea. Hay que aprovechar cualquier hueco.

El aislante va fuera, cada modelo de mochila tiene un hueco concreto para colocarlo.

La bolsa de aseo tiene que estar a mano para lavarnos los dientes después de comer o para coger los pañuelos por si se nos caen lo mocos.

3.- Ajuste de correas ...

Baloo ¿me ayudas?

Una vez hemos cerrado la mochila, llega el momento de ajustarnos las correas. El objetivo es que la mochila se nos quede pegada a la espalda.

Nos ponemos la mochila y nos ponemos el enganche de la cintura y el del pecho. A continuación, apretamos las correas de la "parte inferior" de los brazos para ajustar la base de la mochila. Después las de los hombros. Por último apretamos los enganches de la cintura y del pecho.

Tiene que quedar apretado, pero sin pasarse. Si tienes la mochila pegada a la espalda y todo lo que tengas dentro está bien metido, estas listo para andar sin problemas.

4.- Material extra

Muchas veces no sabemos qué meter en la seta y en los laterales. Empecemos por la seta. Siempre el **poncho (impermeable)** y, si cabe, el cuaderno de caza.

En uno de los laterales meteremos la **cantimplora** llena, lo que implica que en uno de los lados llevaremos un kilo más que en el otro. ¿Cómo lo contrarrestamos? Podemos poner la comida de dentro en el otro lado. Si conseguís igualar el peso de los laterales mejor. Éste también es el mejor lugar para la linterna (con pilas de repuesto).

Bueno, espero que estos consejillos os hayan sido útiles a la hora de haceros la mochila.



COMO EMPAQUETAR LA MOCHILA



PADRES: Es **IMPORTANTÍSIMO** que no les hagáis la mochila a vuestros hijos. En todo caso ayudadles, pero ellos deben hacérsela, que luego nunca saben donde tienen las cosas, ni lo que llevan...

Buenas caza y buena ruta.