Статья: «Экипировка для эндуро мотоцикла».

 Тот, кто не понаслышке знаком с мотоциклами класса эндуро, понимает, что гонщики используют специальную экипировку не для красоты. В зависимости от предпочтений эндуриста, спортсменами принимаются различные решения о том, какое снаряжение использовать и почему. В этой статье мы постараемся разобраться, какая экипировка необходима  для эндуро, обсудим ее защитные и иные полезные свойства, которые, сделают Вашу поездку более комфортной, помогут Вам оставаться в безопасности на трассе и даже в некоторых ситуациях могут спасти Вам жизнь.

Так, базовые требования, применяемые ко всем элементам экипировки в эндуро-спорте, можно сформулировать в нескольких словах - снаряжение не должно создавать дискомфорта мотоциклисту, быть подогнанным под его фигуру и обеспечивать требуемый уровень безопасности.

Мотоэкипировку можно условно разделить на три группы:

* первая группа – средства протекции головы и тела эндуриста. В своем роде, это доспехи, защищающие его от травм и увечий.
* вторая – [термобелье](https://ekipka.ru/catalog/mototermobele/termobele/). Специальный материал, из которого сшито термобелье, позволяет телу мотоциклиста оставаться сухим, не дает ему переохладиться или сопреть. К этой же группе экипировки можно причислить [джерси](https://ekipka.ru/catalog/ekipirovka_dlya_motokrossa/dzhersi_dlya_motokrosa/) и мотоштаны.
* третья группа – это средства ветровлагозащиты и комфорта (мотокуртка, дождевик, ранец с питьевым устройством).

Давайте рассмотрим все эти группы в отдельности.

**Шлем** - это наиболее важный элемент снаряжения любого мотоциклиста. Для эндуро-спорта предназначен открытый шлем, оборудованный козырьком и жестким подбородком. Он используется вместе с мотоочками. Также, в продаже можно найти универсальные мотошлемы для эндуро, имеющие прозрачный визор. Такой девайс можно легко демонтировать со шлема и использовать вместо него мотоочки.

Мотошлем должен быть обязательно сертифицирован. Это ваша гарантия безопасности. О сертификации свидетельствует ярлычок/наклейка со следующими обозначениями: «ECE», «DOT», «Snell», «SHARP», «FIM», «JIS».

Выбирая мотошлем, необходимо его примерить: он должен сидеть плотно, не болтаться на голове и не давить. Для этого, в одетом мотошлеме резко взмахните головой, если он никуда не сместился – смело покупайте.

**Мотоочки.** Для эндуроспорта подойдут обыкновенные прозрачные мотоочки. На современном рынке имеется богатый ассортимент этих защитных устройств: с различными светофильтрами или оборудованные стеклом с воздушным зазором (незапотевающие). Конечно, лучше иметь несколько мотоочков, и несколько сменных фильтров для разной погоды. Примерять мотоочки желательно только в мотошлеме.

**Защита тела.** Рассмотрим два варианта мотозащиты – «панцирь» и «черепаха».«Панцирь» предназначен для защиты корпуса. Для более продвинутой защиты он, дополняется защитой локтей и мотопоясом. Его преимущество - в нем удобно двигаться, так как он не стесняет движения. Выбирая «панцирь» обращайте внимание, чтобы его зона в области груди не имела молний, застежек и была цельнолитой.

«Черепаха» представляет собой рубаху с закрепленными на ней элементами защиты тела. Они закрывают торс, плечи и руки, но несколько стесняют движения эндуриста. Ряд моделей «черепах» оборудованы интегрированным поясничным поясом.

По мнению эндуристов со стажем, наиболее комфортным решением при езде по бездорожью и преодолении препятствий будет использование более легкой мотозащиты тела, которую дает «панцирь», вкупе с защитой рук и поясницы. «Черепаха», с ее более высоким уровнем безопасности, более подходит для езды по дорогам общего пользования.

**Налокотники** - элементы защиты для плеч, предплечий, локтевых суставов и рук. Они оборудуются ремнями и плотно фиксируются на руке. Налокотники легко регулируются под индивидуальные размеры тела. Они эффективно защищают плечевые и локтевые суставы от ударов и падений, имеют хорошую вентиляцию.

**Перчатки** поддерживают комфортную температуру и влажность рук, создают улучшенное сцепление с рулем байка, расположенными на нем органами управления и не должны иметь сильной защиты, поскольку от повреждений при падении, от ударов веток и щебня отлично предохраняют гарды руля. Поэтому, для рук эндуриста подойдут, как тканевые мотоперчатки так и перчатки с защитой. Последние, могут создавать дискомфорт при езде из-за своей жесткости. Для удобства ношения, мотоперчатки должны хорошо облегать руку и не сдавливать кончики пальцев при ее сжатии.

**Мотошорты** защищают тазобедренные суставы и позвоночник при падениях с мотоцикла на бок. К тому же, мотошорты одеваются на ту самую часть тела, которой вы сидите на мотоцикле. Поэтому, при подборе этого вида экипировки обращайте внимание на следующие моменты:

* степень их защиты;
* вам должно быть в них комфортно;
* мотошорты должны хорошо вентилироваться.

**Поясничный пояс** используется длязащиты живота и поясничного отдела спины. Эндурист может удариться об руль руль при наезде препятствие либо получить удар по почкам при опрокидывании эндуро-байка. Мотопояс состоит из пластин, которые обеспечивают защиту органов брюшной полости, мышц живота и спины от ударного воздействия. Помимо этого, мотопояс осуществляет дополнительную поддержку мышц спины и позвоночника. Используя этот элемент мотозащиты, ваша спина будет меньше утомляться. Пояс нужно примерять вместе с «панцирем» или «черепахой» (если она не оборудована им).

**Наколенники** используются для защиты коленей мотоциклиста от ударов и падений. Для мотопрогулок по легкому бездорожью можно использовать простые наколенники. Если же ваша цель – участие в более серьезных мероприятиях, таких, как соревнования и гонки - вам необходима более эффективная защита коленей – «брейсы». Лучше всего использовать шарнирные модели. «Брейсы» - это высокая вероятность того, что вы убережете ваши коленные суставы от травм и последующих возможных операций. Чтобы мотозащита коленей не натирала, под нее необходимо одевать моточулки.

**Мотоботы** обеспечивают защиту стопы, голеностопа и голени эндуриста. Мотоботы должны быть оборудованы прочными шарнирами. Выбирая мотоботы, обращайте внимание на наличие:

* в передней части мыска из металла (для защиты от удара пальцев ног);
* высоких протекторов на подошве для лучшего сцепления.

Ввиду того, что каждый человек имеет индивидуальную форму ноги (подъем и ширину стопы), целесообразно, при покупке примерять мотоботы, а не просто ориентироваться на их заводской размер. Данную разновидность мотоэкипировки необходимо выбирать на размер больше и примерять в термоносках или моточулках. В противном случае, вы натрете себе ноги, а ваши пальцы затекут

**Штаны, джерси.** Мотоштаны продаются двух видов: заправляющиеся в мотоботы (используются в мотокроссе) и одевающиеся сверху ботинок (используются в эндуро). Как показывает практика, мотоштаны, закрывающие мотоботы сверху, эффективнее защищают обувь от попадания внутрь грязи, но цепляются и рвутся об элементы мотоцикла. Размер мотоштанов нужно подбирать с учетом их ношения вместе с мотошортами и «брейсами».

Выбирать джерси нужно на один размер больше. В случае, как и с мотоштанами, под джерси будет одеваться защита торса. Выбор расцветки джерси остается за вами, главное, чтобы майка гармонировала с мотоштанами. Выбор новичков, в первую очередь, должен быть обращен в сторону джерси и мотоштанов из плотной, прочной ткани, устойчивой к механическим воздействиям.

**Термобелье** отводит испарения от тела, поддерживает его температурный баланс и защищает от образования мозолей и потертостей, наносимых твердыми элементами мотозащиты. Термобелье разделяется на летнее и зимнее. Этот элемент мотоэкипировки – очень важная составляющая комфортного занятия эндуро-спортом, на которой не стоит экономить. Следует сказать, что термобелье, помимо занятия эндуро, может использоваться в других видах активного отдыха и повседневной жизни.

**Куртка** используется при езде в плохую погоду. Качественная мотокуртка легко выводит влагу изнутри, не пропускает ее вовнутрь, имеет хорошую ветрозащиту. Кроме обыкновенных мотокурток, производятся специализированные модели для эндуро. Такие мотокуртки оборудованы приспособлениями для использования совместно с защитой шеи.

**Дождевик** – элемент снаряжения, которому часто мало уделяют внимания. Однако, он защищает мотоциклиста от ветра и ливней. Основное требование - дождевик должен быть сделан не из клеенки, а из специальной мембранной ткани, которая пропускает влагу в одном направлении и позволяет сохнуть одежде даже под дождем.

**Рюкзак-гидропак.** При участии в длительных поездках по пересеченной местности, особенно в жаркую погоду, желательно использовать рюкзак гидратором. Этот элемент экипировки позволит утолить жажду и избежать обезвоживания. Помимо гидратора, во многих моделях рюкзаков предусмотрены полости и отсеки для различных вещей и предметов, необходимых в дороге.

Ну вот мы и закончили рассмотрение такого интересного вопроса, как состав экипировки эндуро-мотоциклиста. Кто-то в ответ скажет, что многое снаряжение из всего вышеперечисленного не нужно, его стоимость слишком высокая, а убедить новичков-эндуристов в необходимости приобретения качественной экипировки - это уловки со стороны «маркетологов». Но, если вы собрались заниматься эндуро спортом, помните – что, в первую очередь, необходимо обзавестись хорошим снаряжением, которое убережет вас от травм и увечий, сэкономит много времени и средств, потраченных на свое лечение, а также создаст комфортные условия для занятия любимым делом. Только в этом случае вы получите максимум приятных и ярких эмоций от езды на своем двухколесном эндуро-байке и не доставите неприятностей своим родным и близким.