**Jaké oblečení/ ponožky vybrat, jak se obléknout do tuhých mrazů**

Únor nás přesvědčuje o tom, že je to stále ještě zimní měsíc. Na zemi leží sníh a teploty klesají hluboko pod bod mrazu. Někdo už vyhlíží jaro, ale je třeba se oblékat podle aktuálních teplot. Jak se obléci pohodlně a přitom zůstat v teple?

Základem je výběr dobrého oblečení a systém vrstvení. Znáte slogan : „Není špatné počasí, jen špatné oblečení.“?

Jdeme na PRVNÍ VRSTVU: Spodní, první vrstva přímo na tělo, na pokožku. Doporučujeme ponožky/oblečení z **MERINO vlny**. Pro jeho funkční a užitné léty ověřené vlastnosti. **Vlna hřeje, i když je zima, chladí, když je teplo. Vlna absorbuje vlhko, pot , a i když je mokrá, nestudí**. Doporučujeme ponožky: [**KS-THEX**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-sportovni-funkcni/ponozky-merino-vlnene-pro-zatezove-aktivity-ks-thex-ks-thex.html)**,** [**KS-MERIB**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-sportovni-funkcni/ks-merib-ponozky-celofrote-s-merino-vlnou-ks-merib-pruhy-bordo.html)**,** [**DHH**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-dr-hunter-myslivost-rybarstvi-priroda/ponozky-dr-hunter-pro-trek-pro-myslivce-rybarstvi-37-49-dhh.html)**,** [**DHW**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-dr-hunter-myslivost-rybarstvi-priroda/ponozky-dr-hunter-winter-s-vlnou-zimni-pro-myslivce-rybare-37-49-dhw.html)**,** [**DHF**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-dr-hunter-myslivost-rybarstvi-priroda/thermo-ponozky-s-vlnou-dr-hunter-frost-pro-extremni-aktivity-37-49-dhf.html)**,** [**MW900**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-panske/panske-luxusni-ponozky-merino-vlna-mw900-cenova-akce.html)**,** [**KS-THERMO.**](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-sportovni-funkcni/ponozky-ks-thermo-vlna-funkcni-37-49-ks-thermo.html)

Určité procento lidí však pocitově netoleruje vlnu**.** V takovém případě radíme jako první vrstvu oblečení ze syntetického vlákna **polypropylen**. Mezi klíčové vlastnosti polypropylenu patří zdravotní nezávadnost, je hydrofobní, tzn. nepřijímá do svého objemu vlhko. Má schopnost „odrážet“ tělesné teplo zpět. Mokrý, vlhký kousek oblečení není pocitově mokrý a na těle nestudí. Doporučujeme ponožky, které se nekamarádí s potem a vlhkem: [KS-PROFI](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-sportovni-funkcni/ponozky-profesni-ks-polypropylenove-33-49-ks-profi.html), [KS-ONE](https://www.kupsiponozky.cz/ponozky-puncochy/ponozky-sportovni-funkcni/sportovni-funkcni-ponozky-ks-one-37-47-ks-one.html). A na ně obléci ponožky s MERINO vlnou. Tento způsob vrstvení otestoval a vyzkoušel nás kamarád a testman Jirka Kozel Neumann na mnoha výpravách a expedicích v Himalájích, Skandinávii, Kanada….. Vybavili jsme ponožkami a doporučili tuto ponožkovou skladbu a způsob oblékání i expedici Masarykovy univerzity na Antarktidě.

DRUHÁ – STŘEDNÍ VRSTVA: by měla nasávat vlhko z první vrstvy. Ale zároveň izolovat. Jako druhou vrstvu můžete zvolit bavlněné ponožky, merino ponožky. (tričko, fleece mikinu).

Vrchní, TŘETÍ VRSTVOU oblečení jsou bunda, kabát… V našem případě vhodně zvolená outdoorová nebo městská obuv s prodyšnou membránou. Obuv určená pro danou aktivitu.

PONDY K

Radka Kršková

9.2.2021