



KAMPÇILIK

En genel anlamıyla kampçılık, bir ekibin şehir hayatını terk edip bir süreliğine doğal hayatta, doğal şartlar altında yaşaması, doğaya ve doğala dönmesidir.

Doğaya çıkan bir insan yerleşik hayatta bir şekilde karşılamayı başardığı barınma, ısınma, yemek, su ihtiyaçlarını doğal şartlar altında da sağlıklı bir şekilde karşılamayı başarmalıdır. Bu başarıyı sağlayabilmek için ihtiyacı olan doğru malzemeye sahip olmalı ve doğru yöntemleri bilmelidir. Aksi takdirde keyif almak için çıkılan yol acı ve hayal kırıklığı dolu bir anı ile sonlanabilir.

Kampçılık herhangi bir başka amaç olmaksızın yapılabileceği gibi, mağaracılık, dağcılık ve benzeri bir doğa sporunu gerçekleştirmek için de bir araç olarak kullanılabilir. Önemli olan hangi amaçla yapılıyor olursa olsun kampçılığın şehirde gerekli hazırlıkların yapılmasıyla başlayıp yine şehirde kamp sonrası işlerinin yapılmasıyla sonlanmasıdır.

KAMP MALZEMELERİ

Çanta

Kamp süresince kullanılacak malzemeleri taşımak için kullanılır. Fazla enerji kaybını önlemek ve kalıcı ya da kalıcı olmayan rahatsızlıklara yol açmamak için iyi bir sırt koruma düzeneğine sahip ve düzenli bir şekilde yerleştirilmiş sırt çantalarına ihtiyaç duyulmaktadır. Özellikle uzun yürüyüşler gerektiren kamplarda sırt çantasının niteliği daha çok ön plana çıkmaktadır. Dolayısıyla satın alınacak çantanın sırt sisteminin ve iç iskeletinin olmasına dikkat edilmelidir. Günümüzde doğa sporlarında kullanılmak üzere tasarlanan çantaların birçoğunda bu özellikler mevcuttur. Ayrıca çanta sırt sisteminin ayarlanabilir olması daha sağlıklı bir kullanıma olanak verir.



- Ağır Çanta kullanımında karşılaşılan sorunların temelinde genellikle, sırt çantasının dengeli yerleştirilmemesi yer alır. Yan tarafta görülen resim genel anlamda dengeli yerleştirilmiş bir çantayı temsil eder. Görece daha ağır malzemelerin orta iç kısma, hafif malzemelerin ise alt kısma yerleştirilmesi çantanın ağırlık merkezinin, vücudun ağırlık merkezine yakınlaşması açısından önemlidir.

Taşıma esnasında çanta ile vücut arasındaki mesafenin asgari düzeyde tutulması da asgari enerji kaybının bir diğer kilit noktasıdır. Çantanın sırt, omuz ve askı ayarlarının yapılması ile bu mesafe oldukça kısaltılabilmektedir. İdeal olan çanta ile vücut arasında hiç mesafe olmamasıdır.

Sırt çantasını yerleştirilirken çantanın dengeli olması dışında bir diğer ölçüt de yerleştirilen malzemelerin nerde ve ne zaman kullanılacağıdır. Yağmurluk, ilkyardım malzemesi vs. gibi her an kullanma durumunda kalabileceğimiz malzemelerin çantanın üst kısımlarında ya da kolay ulaşılabilecek bir yerde olması gerekmektedir. Doğada yürüyüş esnasında ani bastıran bir yağmur esnasında yağmurluğa ulaşabilmek için diğer malzemelerinde ıslanmasına yol açmak, istenmeyen ve problem yaratması muhtemel bir durumdur.

Ufak tefek malzemelerin çantanın içinde dağılmayacak şekilde küçük naylon poşetlere yerleştirilmesi, bu malzemelerin kaybolmaması ve gerektiğinde kolay bulunması açısından özen gösterilmesi gereken bir husustur. Bu sayede çantanın su geçirmesi durumunda malzemelerin ıslanması da önlenmiş olur. Ayrıca kimlik, para gibi önemli ve kolay ulaşılması gereken malzemelerin çanta içi yerine çantanın üst gözünde taşınması tercih edilmelidir.



Bir çanta satın alınırken her iki yanında sıkıştırmaya yada mat bağlama perlonlarının bulunması, çeşitli yerlerinde malzeme asmak için ekstra perlonların yer alması, hafif olması, kumaşının ve dikişlerinin sağlamlığı, mümkün olduğu kadar az su geçirmesi, kendi yağmurluğunun olması ve iç hacminin kişinin ihtiyacından az ya da fazla olmaması gibi özellikler göz önünde bulundurulmalıdır.

Uyku Tulumu

Günübirlik kamplar dışında, gecenin kamp yerinde geçirilmesi söz konusu olduğunda mutlaka bulunması gereken bir malzemedir. Bir uyku tulumunu tercih ederken göz önünde bulundurulması gereken en önemli ölçütler tulumun iç malzemesi, sıkıştırılabilirliğinin yüksek olması ve rahat edilecek sıcaklık aralığıdır.

İç malzemesi elyaf ya da kaz tüyü olan tulumlara sıklıkla rastlanmaktadır. Uyku tulumları sırt çantasına, sıkıştırma torbası ile çanta içinde mümkün olduğu kadar az yer kaplayacak şekilde sıkıştırılarak yerleştirilir. Dolayısıyla, bir uyku tulumu alınırken yanında sıkıştırma torbasının da mutlaka bulunmasına dikkat edilmelidir.

Bir tulumun rahat edilecek sıcaklık aralığı o tulumun en önemli özelliğidir. Çoğu tulumun iç kısmında kullanılacak ve rahat edilecek sıcaklık aralığına ilişkin değerler yer almaktadır. Dikkat edilmesi gereken nokta kullanılacak sıcaklık aralığı ile rahat edilecek sıcaklık aralığının aynı olmadığıdır. Bir tulum için ifade edilen sıcaklık değerleri çoğu zaman kullanılacak sıcaklık değerleridir. Genellikle, sıcaklık değerleri -18°C $+20^{\circ}\text{C}$ şeklinde ifade edilen bir tulumun rahat edilecek sıcaklık aralığı -12°C $+10^{\circ}\text{C}$ civarındadır. Gidilecek kamp yerindeki tahmini hava sıcaklığına uygun bir tulum kamp malzemeleri arasında mutlaka yer almalıdır. Kullanılacak alt sıcaklık değeri -18°C ya da -20°C olan bir uyku tulumu yüksek irtifalı kamplar ve soğuk kış aylarında gidilecek kamplar dışında yeterli olmaktadır.

Bir uyku tulumunu sıkıştırma torbasından çıkardıktan sonra birbirine yapışmış elyaf malzemenin ayrıştırılması kullanım rahatlığı açısından önemlidir. Uyku tulumlarının yıkanması çok fazla tercih edilmediğinden dolayı her kullanımdan sonra uyku tulumunu havalandırılmak gerekir. Ayrıca uyku tulumunun kuruması için çok uzun süre gerektiğinden, tulumun ıslatılmamasına özen gösterilmelidir.

Mat

Isı yalıtımına sahip yumuşak bir malzemedir. Genellikle uyku tulumunun altına serilerek zeminden soğuk gelmesini önlemek ve zeminin bozuk olmasından kaynaklanacak rahatsızlığı en aza indirmek amacıyla kullanılır. Isı yalıtımını sağlayabilecek bir malzemedir yapılmış olması ve hafifliği tercih edilen özelliklerdir.

Çadır

Günübirlik kamplar dışında, gecenin kamp yerinde geçirilmesi söz konusu olduğunda mutlaka bulunması gereken bir malzemedir.

Satın alırken ve kullanırken şunlara dikkat etmek gerekir;

- Çadırların fiyatları kaç mevsimlik ve kaç kişilik olduğuna göre değişir. 4 mevsimlik çadırlar yüksek irtifalı kamplar ve ağır kış koşulları için gereklidir. Bu tür bir kullanım dışında 3 mevsimlik çadırlar ideal olmakla birlikte bazı olumsuzluklar göze alınarak 2 mevsimlik çadırlarda kullanılabilir. Çadırın kaç kişilik olacağı kullanım yeri ve kullanım amacına bağlı olarak değişir. Genellikle tercih edilen çadırlar 2 ya da 3 kişilik çadırlardır.



- Çadırın iç hacmi, bagaj hacmi, tavan yüksekliği, ağırlığı, havalandırma imkanı, kullanılan kumaş, kapı sayısı, pol sayısı gibi özellikler çadır satın alırken göz önünde bulundurulmalıdır.
- Çadırın pol sayısı, çadırın şekli ve kurulum rahatlığı açısından önemlidir. Daha az pole sahip çadırların daha rahat kurulacağı varsayılır.
- Kullanım öncesinde ve sonrasında çadır ve çadır malzemeleri kontrol edilmelidir. Çadırın pol ve kazıklarının eksik olmadığından ve çadırın kurulabilirliğinden emin olunmalıdır.
- Çadırı kurulacağı yer seçilirken özen gösterilmelidir. Mümkün olduğunca düz ve eğimsiz, kamp ateşinden uzak, su akış yolu üzerinde bulunmayan alanlar tercih edilmelidir. Çadırın ağaç altına kurulması, havadaki nemden dolayı ağacın dallardan damlayacak sulara maruz kalınmasına yol açar. Ayrıca çadırın, diğer çadırlarla çok yakın olmamasına da dikkat edilmelidir.
- Çadır kumaşının su geçirmemesi ve çadırın çift tenteli olması tercih edilir.
- Çadır kumaşının kolaylıkla yanabilen bir malzeme olması sebebiyle çadır içinde ateş, ocak, mum, çakmak vs. yakılmamalıdır.
- Çadır içinde kapasitesinden daha az kişinin yatması ısınma sorunu yaratabilmektedir.
- Çadır satın alırken, çadırı kurarken ve kullanırken daha tecrübeli ve bilgili kişilerden yardım almak çıkabilecek sorunları en aza indirmenin ilk ve en etkili yoludur.

Giysi

Gidilecek yer ve zamana göre kampa götürülecek giysiler uygun olmalıdır. Özellikle havanın soğuk olması beklenen kamplarda giysi büyük önem taşımaktadır. Soğuktan korunmak için yün giysiler tercih edilebilir. Pamuklu giysilerin dezavantajı çabuk ıslanması ve ısladığında çok geç kurumasıdır. Yine soğuktan korunmak amacıyla bere, eldiven, iç don, fanila, kazak, mont gibi malzemeler kullanılmalıdır. Kamplarda korunulması gereken bir diğer faktör de yağmurdur. Kampa gidilen yer ve zamanda yağış beklenmese bile bir tedbir olarak yağmurluk kamp çantası içinde mutlaka bulundurulmalıdır. Doğada rahat edebilmek için genellikle sert tabanlı, ayak bileğini saracak botlar kullanılmaktadır. Çamurlu arazilerde çizme de kullanılabilir.

Kampa giderken giysilerin yedeklerini de tedarik edilmelidir. Görece uzun sürecek kamplarda çorap, iç çamaşırı gibi giysilerin bir yerine birkaç yedeğinin bulundurulması gerekir. Kamptan şehre temiz dönebilmek için bot, pantolon, tişört, kazak gibi malzemelerin birer yedeği dönüş yolu için saklanmalıdır.

Diğer Malzemeler

Bunların dışında kampa giderken kamp çantasında bulundurulması gereken malzemeler şu şekilde listelenebilir;

- **Fener** → el feneri ya da kafa feneri tercih edilebilir. Led lambalı kafa fenerleri pil ömrünün uzun olması ve rahat hareket edebilme imkanı nedeniyle oldukça kullanışlıdır. Fener için yedek pil mutlaka tedarik edilmelidir.
- **Kibrit-Çakmak** → her ikisini de bulundurmamak faydalıdır
- **Bıçak** → doğaya çıkan bir insanın sürekli yanında bulundurması gereken bir malzemedir. Çok çeşitli amaçlar için kullanılabilir.
- **İlkyardım malzemeleri** → bireysel bir ilkyardım çantası oluşturulabileceği gibi tüm ekip için bir ilkyardım çantası oluşturmak da mümkün olabilir. Ancak her iki durumda da kampa ilkyardım malzemesinin götürüldüğünden emin olmak gerekir. Ekip için götürülen ilkyardım çantasının haricinde bireysel olarak yara bandı, makas, iğne, iplik gibi bazı temel ilkyardım malzemeleri her ihtimale karşı kamp çantasının bir bölmesinde yer almalıdır. Eğer kullanılan düzenli bir ilaç varsa bu ilaç ta mutlaka kampa götürülmelidir.



- **Mum** → hem yedek ışık kaynağı olarak hem de çok sınırlı da olsa ısı kaynağı olarak kullanılabilir. Kapalı bir alanda bir müddet mum yakmak ortamın havasını ısıtmaya yardımcı olur
- **Çatal-Kaşık**→ her ikisinin de bulunması tercih edilir.
- **Bardak**→ ısı kaybını önleyen termos tipi bardaklar kullanılabilir. Plastik bir bardak ta çoğu zaman yeterli olmaktadır.
- **Tabak**→ plastik bir tabak yeterli olacaktır

Tüm bu malzemelerin yanı sıra kişisel ihtiyaç ve isteğe bağlı olarak kampa daha fazla ve daha farklı malzeme götürülebilir. Ancak fazladan her malzemenin fazladan yük anlamına geldiği unutulmamalıdır.

KAMP YERİ SEÇİMİ

Kamp yeri seçilirken şu ölçütler ön plana çıkmaktadır;

Amaca uygunluk: Hangi amaçla kamp kurulacağı önemlidir. Seçilecek kamp yeri bu amaca uygun olmalıdır. Mağaracılık için bir kamp yeri seçilirken mağaraya yakınlık ön plana çıkmaktadır.

Su kaynağına yakınlık: Kamp su ihtiyacını karşılamanın bir yolu mutlaka bulunmalıdır. Dolayısıyla kamp yeri seçilirken kullanılabilir bir su kaynağına yakın olması tercih edilmelidir.

Yakacak imkanı: Kamplarda ısınma, yemek pişirme gibi ihtiyaçların karşılanması için kamp süresince ateş yanması söz konusudur. Bu nedenle yakacak odunun bol olduğu kamp yerleri tercih edilmelidir.

Arazinin özellikleri: Kamp yerinin düz, yeteri kadar geniş, sel tehlikesinden, yıldırım tehlikesi bulunan sivri noktalardan, hayvanların gece yattıkları alanlardan uzak, vadi tabanları, boğazlar gibi bol rüzgar alan yerlerin dışında, ateş yakılması durumunda risksiz olması gerekmektedir. Nehir, göl gibi yerlerde nem nedeni ile havanın daha soğuk olacağı unutulmamalıdır. Yamaçta kurulacak kamplar oldukça tehlikelidir. Kamp yerinin yol kenarında ya da yerleşim yerlerinin yakınında olması da kamp yerine çok fazla yabancıların gelmesine sebep olacağından tercih edilmemelidir. Ayrıca kamp kurulacak arazi zeminin çadır kurabilmek için uygun olması da gerekmektedir.

Arazinin kullanılabilirliği: Kamp yerinin özel mülkiyet alanı içinde yer almaması, özel mülkiyet alanı içinde kalan araziler için mülk sahibinden izin istenmesi gerekir. Devlet arazisi için de jandarma komutanlığından gerekli izinlerin alınmış olması yöre halkıyla yaşanacak sorunların önlenmesini sağlar.

Tüm bu şartları her zaman yerine getirmek mümkün değildir. Amaç doğrultusunda tercihler değişebilir ya da amaca ulaşmak için bazı ölçütlerden fedakârlık yapmak söz konusu olabilir. Seçilecek kamp yerinin bu ölçütlere uygunluğu kamp esnasında rahatlığı beraberinde getirecektir.

KAMPTA BESLENME

Kampta yemek işinin bireysel mi yoksa ekip olarak mı halledileceği kampa gitmeden önce belirlenir. Bu konuda alınan karar doğrultusunda kamp öncesinde gerekli hazırlıklar yapılmalıdır.

Kampta günlük hayattakinden daha fazla hareket edilmesi söz konusudur. Dolayısıyla beslenmeye daha fazla dikkat edilmelidir. Mümkün olduğunca hiçbir öğünü kaçırmamaya, özellikle kahvaltıda



yeteri kadar besin almaya çalışılmalıdır. Özellikle bir ya da birkaç hafta sürmesi ön görülen kamplarda tek tip besin tüketmekten kaçınılmalıdır.

Kamplarda, yürüyüş, tırmanma, mağaraya girme gibi büyük efor sarf etmek gereken etkinlikler için kısa sürede enerji verecek yiyecekler bulundurmak oldukça faydalıdır.

Kamp alanında her an içilebilecek su mutlaka bulunmalıdır. Kamp alanının yakınlarındaki bir çeşme ya da dere içme suyu ihtiyacını karşılayabilir. Suyun temizliğine güvenilmediği durumlarda su temizlete tableti ya da benzeri bir kimyasal kullanılarak su daha sağlıklı bir hale getirilebilir.

Doğada vücudun su kaybı günlük hayattakinden daha fazla olacağından su ve sulu ürünlerini daha fazla tüketilmelidir.

DOĞADA YÜRÜYÜŞ

Doğada kısa süreli ya da kısa mesafeli yürüyüşler çok fazla sorun teşkil etmemekle birlikte sürenin ya da mesafenin uzaması durumunda bazı olası sorunlar söz konusu olmaktadır. Bu olası sorunların ortaya çıkmaması için gerekli tedbirlerin alınmaması, öncelikli amacın keyif almak olduğu doğa sporlarının keyifsiz hale gelmesine neden olur.

- Ekip düzeni sağlanmalıdır. Dağınık bir yürüyüş yerine belli bir sıranın takip edilmesi gerekir. Ekipten tecrübeli bir kişinin ekibin öncüsü bir diğerinin de ekibin artçısı olması doğru yolun bulunması, gerekli temponun ayarlanması ve ekibin bir arada kalmasını sağlamak açısından önemlidir.
- Yünlü ya da yün-sentetik karışımı giysiler vücut terinin emilmesi nedeniyle tercih edilmelidir. İnce ve çok kat giyinmek avantajlıdır, aşırı terleme durumunda bir ya da birkaç tanesi çıkarılabilir.
- Bileği saracak ve su geçirmeyecek ayakkabılar tercih edilmelidir.
- Yürüyüşü daha kolay hale getirmek ve enerji kaybını asgari düzeyde tutmak için hızlanıp yavaşlamak yerine belirli bir tempo yakalanmalıdır.
- 50 dakikalık yürüyüşlerin ardından 10'ar dakikalık molalar verilebilir. Molalar esnasında vücudun soğuması engellenmelidir.
- Gereksiz iniş çıkışlardan kaçınılmalı, daha uzun fakat daha düz yollar tercih edilmelidir.
- İniş çıkışlarda, zigzaglar çizerek mesafeyi biraz arttırıp yürüyüşü kolaylaştırmak eğimi fazla olan yerler için iyi bir çözüm olmaktadır.
- Basılan yere dikkat edilmelidir. Basılan zemine göre ayakların konumları ve basış şekli ayarlanmalıdır.
- Yürüyüş sırasında devamlı etrafa bakarak doğru yönde ilerlenip ilerlenmediği kontrol edilmeli, referans ya da nirengi noktası adı verilen belirleyici noktalar gözlenmelidir.
- Yürüyüş sırasında terleme ile su kaybedildiği için sıvı alımına önem verilmelidir.
- Birkaç saatten fazla sürmesi muhtemel yürüyüşler için en az bir kez yemek molası düşünülmelidir. Çikolata, kuru üzüm gibi enerji verici yiyecekler kısa molalar ya da yürüyüş esnasında tüketilebilir.
- Yürüyüşün tahmini süresi yürüyüş öncesinde hesaplanmalı, gerekli malzemeler (giysi, su, yiyecek ..) tedarik edilmelidir.
- Yürüyüş esnasında alkol alınmamalıdır. Sanılanın aksine ısı ve su kaybına neden olur.

KAMP ATEŞİ

Kamplarda ısınma, yemek, sıcak içecek gibi ihtiyaçların karşılanması söz konusudur. Tüp, benzinli ocak ya da benzeri bir aracın da kullanılabileceği gibi çoğu zaman bu ihtiyaçların karşılanması için



kamp ateşi tercih edilmektedir. Kamp ateşinin tercih edilmesinin sebepleri masrafsız, kolay ve diğer kaynaklarla kıyaslandığında neredeyse süreksiz olmasıdır. Bir kamp ateşi için gerekli malzeme kibrit, çakmak gibi bir ateşleyici ve yeterli miktarda odundur. Ateşin ilk yakılışında biraz kâğıt ve ince, küçük, kuru dal paçaları kullanmak gerekirken, ateşin büyütülmesi ve sürekliliğinin sağlanması için daha kalın odun parçalarına ihtiyaç duyulmaktadır. Dolayısıyla ateş için odun toplanırken daha uzun yanacak kalınlıkta ve kolay tutuşacak kurulukta odunlar tercih edilmelidir.

Yağışlı mevsimlerde toplanacak odunların çoğu ıslak olacağından odunların önce ateş etrafında kurutulması, ateşe kuruduktan sonra atılması odunların daha kolay yanmasını ve ateşin tütmemesini sağlar. Yağışlı mevsimlerde ateşin ilk yakılışı en büyük problemdir. Mümkün olduğunca kuru odun parçalarının bulunmaya çalışılmasının yanı sıra bu işi kolaylaştırmanın bir başka yolu da karpit taşı kullanarak ateşi yakmaktır. Bilindiği üzere karpit taşı suyla temas ettiğinde yanıcı asetilen gazı çıkaran yapay bir malzemedir. Tutuşturulacak odun parçalarının altına bir parça karpit taşının konulması ve bir kanal vasıtasıyla karpit taşının suyla temasının sağlanması sayesinde çıkacak asetilen gazı ile odun parçalarını tutuşturmak mümkün olmaktadır.

Kamp ateşi kampta birlikteliğin sağlanacağı bir alandır. Dolayısıyla kamp ateşi, etrafına kamptaki herkesin yan yana oturduğunda sığabileceği genişlikte olmalıdır. Gereğinden daha geniş ve büyük bir kamp ateşinin doğaya vereceği zararı da göz önüne almakta fayda vardır. Kamp ateşinin yeri seçilirken etrafına herkesin sığabileceği genişlikte bir alan olması ve doğaya verilecek zararın en aza indirilmesi göz önünde bulundurulmalıdır. Ağaç altına yakılacak bir ateş o ağaca çok fazla zarar vereceği gibi olası bir yangının da tetikleyicisidir.

Kamp ateşinin etrafını taşlarla çevirip ateşin dağılmasını engellemek, eğer gece ateş başında kimse olmayacaksa ateşi mutlaka söndürmek gerekir. Kamp alanı terk edilirken de ateşin tamamen söndüğünden emin olunmalıdır.

Kamptaki çöplerin ve özellikle plastik atıkların ateşe atılmaması gerekliliği de unutulmaması gereken bir başka noktadır.

KAMPÇILIKLA İLGİLİ DİĞER ÖNEMLİ HUSUSLAR

- Kampçılık bir ekip işidir. Kamp esnasında birey olmaktan çıkıp bir ekip olmaya çalışılmalıdır.
- Kampta çıkacak hiçbir sorun kişiye ait değildir. Ufak bir yaralanma bile ekibin tamamını etkiler.
- Tecrübeli bir kişi faaliyet sorumlusu olarak belirlenir. Kampta ekibi ilgilendiren kararların alınmasında faaliyet sorumlusu bağlayıcıdır.
- Kampın düzeninin sağlanabilmesi için faaliyet sorumlusunun bilgisi olmaksızın ekibin tamamını ya da bir kısmını ilgilendiren hiçbir etkinlikte bulunulmaması gerekir
- Kamp alanından herhangi bir nedenle uzaklaşacak kişi, faaliyet sorumlusuna ya da ona ulaşması muhtemel bir kişiye haber bırakılmalıdır.
- Kampla ilgili kamp öncesi ve sonrası yapılması gereken işler, bir ya da birkaç kişi tarafından değil faaliyet sorumlusunun organizatörlüğünde kampa katılacak tüm kişiler tarafından yapılmalıdır.
- Kampçılık, doğaya zarar vermemeyi gerektirir.