

Spis treści

Splywy organizowane samodzielnie	265
Strategia grupy turystycznej	265
Wyprawy jednym kajakiem	269
Wypożyczanie sprzętu	271
Transport kajaków	273
Transport zbiorowy	273
Troczenie kajaka do bagażnika dachowego	273
Sprzęt biwakowy	277
Namiot	277
Materac	279
Śpiwór	281
Kuchnia	283
Kocher	283
Kuchenka butanowa	284
Kuchenka na kartusze	284
Kuchenki benzynowe	285
Menzażki	286
Sztućce	289
Deska do krojenia	290
Pojemnik na tłuszcz	290
Kubek	290
Tasak do wszystkiego	291
Prowiant na spływ kilkudniowy	292
Chleb	292
Inne węglowodany – makaron, ryż, kasze, ziemniaki	292
Mąka	292
Sery	292
Mleko liofilizowane	293
Tłuszcze	293
Mięso i wędliny	293
Wędliny suche	294
Ryby	294
Soki owocowe	295
Kawa, herbata	295
Śmietanka do kawy	295
Cukier	296

Spis treści

Jaja świeże	296
Dżemy	296
Sól, przyprawy	296
Warzywa	297
Owoce	297
Zupki „chińskie” itp.	297
Płyny izotoniczne	298
Potrawy z ogniska	299
Krata ogniskowa	299
Kocioł ogniskowy	301
Przepisy na potrawy biwakowe z ogniska	301
Czyszczenie ryb	301
Ryba smażona	302
Ryba w warzywach z folii	303
Zupa rybna	203
Zapiekanka rybno-warzywna	304
Ryba wędzona	304
Higiena osobista, pranie	306
Dzikie zwierzęta	308
Wścieklizna	308
Startujące łabędzie	309
Dzikie zwierzęta na biwaku	310
Żmije	311
Osy, pszczoły	312
Postoje i noclegi	313
Stanice wodne	313
Pola namiotowe	314
Biwak samodzielny	316
Ognisko	319
Gitara itp.	320
Zalamanie pogody	321
Dziecko na spływie wielodniowym	329
Ściąga do pakowania na kilka dni lub tygodni	332
Po sezonie (część szósta)	335
Konserwacja i naprawy sprzętu	337
Naprawa poszycia kajaka	337

Spis treści

Zimowanie kajaka i wiosel	337
Konserwacja reszty sprzętu	338
Pranie odzieży	338
Sprzęt kuchenny po sezonie	341
Wór bagażowy	341
Namiot	342
Spływy zimowe	344
Zimowy ubiór kajakarza	344
Uderzenia o lód	345
Osęka	345
Zimowa wywrotka	346
Noclegi na spływach zimowych	348
Posłowie, czyli – Dlaczego ja?	349
Indeks	351