

PAKKELISTE

VANDRETUR (FORÅR, SOMMER OG EFTERÅR)

RYGSÆK OVER 55 LITER

RYGSÆK:

På de længere vandreture anbefaler vi en rygsæk på 55 liter eller derover. Vær obs på at rygsækkens bæresystem skal matche vægten af dit udstyr. Det kan være en god idé med rum til væskeblære og en let rygsæk til ture væk fra lejren.

VANDRESTØVLER:

Stivheden og materialet skal matche dit underlag. Støvler anbefales frem for sko, da de giver den bedste beskyttelse mod vand, sten, krat og forstuvninger.

OVERNATNING OG LEJRUDSTYR:

- Telt, tarp, bivy og/eller hængekøje alt afhængig af, hvor du skal overnatte.
- Sovepose
- Lagenpose
- Liggeunderlag
- Pandelampe
- Evt. oppustelig hovedpude

BEKLÆDNING:

- Skaljakk
- Skalbukser
- En til to tynde fleecetrøjer eller lignende, du kan bruge som isolerende mellemlag.
- Vandret-/fritidsbukser

- En til to uldundertrøjer (evt. en kort- og en langærmet).
- Undertøj (evt. lange underbukser).
- To par sokker
- Evt. to par tynde indersokker
- Hue, hat eller kasket
- Halsrør/halsedisse
- Handsker

TOILETSAGER:

- Toilettepapir
- Desinficerende gel
- Personlige toiletsager (fx tandbørste, tandpasta, sæbe, håndklæde, bind, solcreme og myggebalsam).
- Plastpose til skrald
- Vådservietter (er gode til rengøring og andre praktiske gøremål).
- Evt. sportstape eller støttebind
- Evt. en lille skovl

KØKKENGREJ:

- Frysetørrede retter – færdigkøbte eller hjemmelavede
- Havregryn/müesli
- Knækbrød/tortillas/pumpernikkel
- Spegepølse, konserves, honning og tun eller makrel på pose.
- Snacks: stenalderbrød, müeslibarer (eller energibarar fra Purepower) og nøddeblanding.

DIVERSE PRAKTISK UDSTYR:

- Kort
- Kompas
- Førstehjælpsgrej inkl. medicin og allergipiller.
- Drikkedunk/væskeblære til rygsækken (gerne på to liter).
- Kniv/multitool
- Solbriller
- Vandtætte pakposer
- Regnslag til rygsækken

EVENTUELT

- Vandrestave til fjeldbrug. De skal helst kunne justeres i højden, så de matcher rutens skiftende hældning.
- Kortlomme
- En pausejakke (fleece, uld, dunvest eller -jakke).
- Lette sko, sandaler eller klipklapper til lejren.
- Termokande og -krus
- Siddeunderlag (f.eks. siddepude fra TLT, Fjällräven eller TLT foldbar siddepude)
- Stolebetræk til dit liggeunderlag
- GPS
- Kikkert
- Kamera
- Powerbank eller ekstra batterier