

# PAKKELISTE

## VINTERVANDRING

EVENTYR  
SPORT

### RYGSÆK:

Man pakker ofte mere til en vintertur, end til en sommertur. Derfor kan det give mening med en større rygsæk. Overvej features som; regnslag, lommer på hoftebæltet og rum til væskeblære.

### OVERNATNINGSGREJ:

- Sovepose
- Lagenpose
- Evt. oppustelig hovedpude
- Liggeunderlag (Husk eventuel pumpepose til underlaget)
- Skumunderlag ("Æggebakke" underlag)
- Telt, bivy-bag eller hængekøje og tarp

### BEKLÆDNING OG FODTØJ

#### Vandrestøvler

Vandrestøvler. Vær obs på om de skal være med Gore-Tex og om de har plads nok til tykke sokker.

#### Tøj på kroppen:

- Vandresokker, gerne i uld
- Et par lange uldunderbukser
- En lang uldundertrøje
- Et par friluftsbukser med gode lommer
- Et mellemlag til overkroppen, såsom en fleecetrøje eller vest

#### Ekstra beklædning:

- Hue
- Handsker, evt. med et par tynde inderhandsker i uld
- Halsedisse
- Skaljakke og regnbukser
- Pausejakke, enten i fiber eller dun

### Tøj til at sove i:

- Et basis lag bestående af langt undertøj i uld eller fleece.  
Må gerne være tykkere end basislaget brugt til at vandre i.

- Tykke sokker

### Skiftetøj:

- En ekstra langærmet trøje
- Ekstra undertøj
- Ekstra vandresokker

### KØKKENGREJ

- Et kogesystem med gryde/vandbeholder og et gasblus, f.eks. Jetboil Flash
- Gas
- En lighter eller tændstikker
- Spisegrej
- En klud til at tørre af med, evt. skåret over
- En svamp til at vaske op med, evt. skåret over
- Opvaskemiddel i en lille beholder

### MAD OG DRIKKE:

- Vandflasker (Husk at fylde op inden afgang!)
- Evt. termoflaske
- Frysetørret mad til aftensmad
- Mad til frokost, gerne noget der er lige til at tage ud og spise.
- Havregryn til grød el. lign til morgenmad blandet op med sukker, kanel, rosiner osv. hjemmefra
- Tebreve, kakaopulver eller kaffe og creamer i breve
- Ekstra salt, peber og sukker i breve
- Snacks i form af nødder, slik og chokolade
- Evt. energiprodukter, såsom pulver, barer og gels

### TOILETGREJ

- Toilettepapir
- Håndsprit
- En lille skovl
- Plastikpose
- Toilettaske og førstehjælp
- Tandbørste og (rejsestørrelse) tandpasta
- Medicin, f.eks. allergipiller og smertestillende
- Hårelastikker
- En læbepomade
- Evt. vådservietter og en vaskeklud eller håndklæde
- Førstehjælpskit, herunder sportstape, spritservietter, plaster og vabelbehandling, f.eks. Compeed.
- Midler mod myg og solcreme (alt efter område)

### ELEKTRONIK

- Telefon
- Oplader og Powerbank
- Pandelampe
- Evt. høretelefoner
- Evt. ur, såsom Garmin og oplader til dette

### DIVERSE

- Kort og kompas
- Kniv
- Evt. håndvarmere
- Nøgler, pung med betalingskort og sygesikring
- Vandtætte pakkeposer til at pakke i
- Evt. et kortspil eller terninger