

PAKKELISTE

VANDRETUR MED FAST HYTTE (FORÅR, SOMMER OG EFTERÅR)

RYGSÆK PÅ 20-35 LITER

RYGSÆK:

Den skal være stor nok til, at det hele kan pakkes i rygsækken, og det vil typisk være en størrelse på 20-35 liter. Bæresystemet og polstringen skal matche vægten af dit udstyr, som på denne type tur er på højst et par kilo. Den må derfor gerne kunne spændes godt ind, så de få ting ikke ligger og rasler rundt. Det kan være rart, at rygsækken har et rum til en vandblære. Her kan du læse mere om, hvordan du vælger den rette rygsæk til vandreture.

VANDRESTØVLER:

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

TOILETSAGER:

- Toiletpapir
- Desinficerende gel
- Personlige toiletsager (f.eks. tandbørste, tandpasta, sæbe, håndklæde, bind, solcreme og myggebalsam).
- Evt. en lille skovl

BEKLÆDNING:

- Regntøj eller poncho (og evt. en paraply).
- En tynd fleecetroje eller lignende til pauserne.
- Vandre-/fritidsbukser
- En til to uldundertrøjer (evt. en kort- og en langærmet).

- Undertøj
- To par sokker
- Evt. to par tynde indersokker.
- Hue, hat, halsrør og/eller kasket.

MAD OG DRIKKE:

- Knækbrød/tortillas/pumpernikkel.
- Spegepølse, fast ost, konserves, honning og tun eller makrel på pose.
- Snacks: Stenalderbrød, hjemmelavede müslibarer (eller energibarar fra f.eks. Purepower) og nøddeblending.

PRAKTISK UDSKYR:

- Førstehjælpsudstyr af den simple slags som f.eks. plaster, vabelplaster, smertestillende, forbinding, renseservietter og allergipiller).
- Drikkedunk eller væskeblære til rygsækken (gerne to liter).
- Solbriller
- Vandtætte pakposer
- Regnslag til rygsækken

EVENTUELT:

- Vandrestave til fjeldbrug. De skal helst kunne justeres i højden, så de matcher rutens skiftende hældning.
- Kort
- Kortlomme

- Kompas
- En pausejakke (fleece, uld, dunvest eller -jakke).
- Lette sko, sandaler eller klipklapper til pauserne.
- Termokande og -krus
- Siddeunderlag (f.eks. siddepude fra TLT, Fjällräven eller TLT foldbar siddepude)
- GPS
- Kikkert
- Kamera
- Handsker
- Powerbank eller ekstra batterier
- Pandelampe

Det DU ikke kan undvære:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____