

Pakkeliste

Sommerlejr i fjeldet (vandretur)

- Rygsæk
- Regnovertræk til rygsæk
- Sovepose
- Lagenpose
- Liggeunderlag
- Vandrestøvler
- 2-3 par sokker (vandre- eller ski-sokker)
- Sandaler / sko
- 1 par nedslidte sko/sandaler til passage af vandløb
- 2-3 par alm. strømper
- Langt undertøj (top og bund) gerne uld. Hvis man har "ski" undertøj er det også fint
- Alm. undertøj
- 2-3 T-shirts (evt. 1 lang ærmet, I tilfælde af for meget sol)
- Fleece eller uldtrøje
- Vindtæt jakke/ soft shell
- Regntøj (skal være 100 % vandtæt)
- Uldhue
- Vanter/hansker
- Halsedisse/halstørklæde
- Cap i tilfælde af, at solen skinner hele tiden
- Solbriller med UV index 3 (index 3 er til brug i bjergende)
- Solcreme med min. faktor 20
- Sol stift til læberne med ekstra høj solfaktor
- Toiletsager (Tandbørste, tandpasta, sæbe, vaskeklud, kam/børste, shampoo, myggespray, solcreme)
- Håndklæde
- Spisegrej: Kniv, gaffel, ske, viskestykke, dyb tallerken, kop/mug (flad tallerken)
- Drikkedunk VIGTIG
- Lommelygte med ekstra batterier
- Tørklæde
- Fløjte
- Kompas
- Lommepege

Lad dette blive hjemme

Walkman, Gameboy og mobiltelefon, da vi ikke kan tage ansvaret for disse. Elektronik og et par dage med regnvejr er i øvrigt også en meget dårlig kombination.

