

Utrustningslista – Hajk

Din ryggsäck måste vara bekväm att bära och behöver rymma både egen och delar av patrullens gemensamma packning!

- ▶ Skor som är bekväma att vandra i med packning, utan att få skavsår.
- ▶ Funktionella kläder att vandra i.
(Flera lager är lättare att anpassa efter temperatur)
- ▶ Regnjacka
- ▶ Regnbyxor
- ▶ Sovsäck som kan klara en kall natt ute
- ▶ Liggunderlag
- ▶ Matsaker (Storkåsa, drickkåsa, bestick, diskhandduk)
- ▶ Toalettartiklar (tandborste, tandkräm, handtvål, handduk)
- ▶ Underställ
- ▶ Varm tröja eller fleece
- ▶ Ett komplett ombyte
- ▶ Fylld vattenflaska (eller flaskor) som (tillsammans) rymmer 1,5 - 2 liter.
- ▶ Fylld drickaflaska (valfri volym). OBS! Inte samma flaska som ovan!

Bra att ha / frivilligt att ta med

- ▶ Ryggsäcksöverdrag
- ▶ Sovsäcksöverdrag
- ▶ Sovsäcksulan
- ▶ Pyjamas / kläder att sova i (om du inte sover i understället)
- ▶ Täljkniv (OBS! Endast dolk med parerstång!)
- ▶ Ficklampa
- ▶ Mössa, vantar, halsduk
- ▶ Glasögonfodral

När allt är packat i din ryggsäck måste det finnas plats över till din del av patrullens gemensamma mat och utrustning.

Klä dig lager på lager!

Lager 1. Närmst kroppen – Tajt, tunt lager, lämpligen ett underställ.

Lager 2. Mellan lager – Isoleringlager. Fleece eller ylleplagg.

Lager 3. Ytterst – Mot regn och vind. Ska skydda dig från att bli blöt och nedkyld.

Lager på lager fungerar också med sovsäcken. Sovsäcksöverdrag och sovsäcksulan ökar sovsäckens isolering.

Eget ansvar att inte frysa!

