



Bekledning

- Regntøy, type lett (jakke og bukse)
- Tynn vindjakke og turbukse (med god fukttransport)
- Ekstra skift av undertøy
- Stillongs/ullfrotte i ull/ullblanding
- Ullsokker, tynne og tykke i ull og med god passform + 1 ekstra skift
- Fleecejakke eller tynn varmejakke
- Ullgenser
- Lue og vanter
- Buff?
- Fjellstøvler, ev. vanntette, solide sko med høyde til over ankel. **IKKE joggesko !**
- Shorts og t-skjorte (ull/kunstfiber) dersom det er meldt varmt vær
- Speiderskjorte/speiderskjerf. Vi reiser i speiderskjorte og skjerf.

Utstyr

- Ryggsekk med passe volum til innhold og som passer deg i lengde
- Vanntett pose som passer nedi sekken (ev. regntrekk utenpå sekken)
- Sovepose med komfort temp. ned til -5
- Liggeunderlag minimum ca.1,5 cm tykt
- Toalettsaker (kun nødvendige) og et lite/lett håndkle
- Litt toalettpapir i plastpose
- Solbriller?
- Kompass, om man har
- Hodelykt, med NYE batterier
- Speiderkniv
- Bestikk: Skål, kniv, gaffel, skje og kopp.
- Vannflaske

Sekken som skal bæres skal totalt ikke veie mer enn ca. 8-10 kg