



FRILUFTSLAND

PAKKELISTE VANDRING MED TELT

PÅ KROPPEN

Overkroppen

- ☐ 1 tynd T-shirt eller skjorte. Uld eller syntetisk
- ☐ 1 tyndt mellemlag. Uld eller syntetisk
- ☐ 1 tynd, let softshell

Benene

- ☐ 1 par underbukser. Uld eller syntetisk
- ☐ 1 par gode vandrebukser – evt. med zip off-ben

Fødderne

- ☐ 1 par gode vandresokker i passende tykkelse. Vi anbefaler uldsokker
- ☐ 1 par gode vandrestøvler eller -sko
- ☐ (1 par helt tynde indersokker, hvis man har problemer med vabler)

På ryggen

- ☐ 1 rygsæk. 40-100 liter – gerne med regnslag

I RYGSÆKKEN

Diverse

- ☐ 1 førstehjælpssæt
- ☐ 1 lille reparationssæt – f.eks. lommekniv/multitool, gaffatape, rebsnor og sysæt.
- ☐ 1 pandelampe
- ☐ 1 drikkeflaske eller drikkesystem
- ☐ Solbriller og solcreme
- ☐ Kort, kompas og evt. guidebog til området. Kort gerne i vandtæt kortlomme
- ☐ Toiletpapir og håndsprit – gerne pakket vandtæt
- ☐ Mad og drikke. Tilpasses efter turens længde og mulighed for at proviantere undervejs
- ☐ (1 termokande)



FRILUFTSLAND

PAKKELISTE VANDRING MED TELT

Ekstra tøj

- ☐ 1 let skaljakke
- ☐ 1 par lette skalbukser
- ☐ 1-2 par ekstra sokker
- ☐ 1-2 par ekstra underbukser
- ☐ 1 let dun- eller fiberjakke til pauser og aftener i lejren
- ☐ (1 par lange underbukser – alt efter vejrudsigt)
- ☐ (1 par shorts eller lignende – alt efter vejrudsigt)
- ☐ (1 kasket eller solhat i varmt vejr)
- ☐ (1 tynd hue, 1 halsedisse og 1 par tynde handsker – alt efter vejrudsigt)

Lejrudstyr

- ☐ 1 telt
- ☐ 1 liggeunderlag
- ☐ 1 sovepose
- ☐ (1 lagenpose)
- ☐ (1 let hovedpude)
- ☐ (1 par lette sko, klip-klappere eller sandaler til brug i lejren)
- ☐ (1 let, hurtigtørrende håndklæde)
- ☐ (1 sæt badetøj)

Køgegrej og service

- ☐ 1 sæt brænder og gryde(r). Alt efter hvor avanceret madlavning man skal lave.
- ☐ Gas eller brændstof til brænderen
- ☐ Tændstikker, lighter el. ildstål
- ☐ 1 skål til at spise af
- ☐ 1 sæt bestik – evt. bare en spork
- ☐ 1 kop – evt. bare låget på termokanden
- ☐ 1 svamp/børste og lidt opvaskemiddel
- ☐ (1 lille, hurtigtørrende viskestykke)