

Utrustningslista Fjällvandring – standard



Saker som du behöver ha med:

- Ryggsäck 40-60L~
- Tält (kan delas i gruppen och finns att hyra på outdoorbuddies)
- Sovsäck för cirka 0°C. (T-limit / Dam komfort).
- Liggunderlag, rekommenderat R-värde minst 3.0
- Friluftskök m. bränsle (minst ett varmt mål om dagen)
- Sked / Spork
- Matkåsa / Något att äta ur / Kastrullen
- Vattenflaska (Du ska minst kunna bära 1L vatten)
- Litet Första hjälpen kit
- Personligt reparationskit
- Bekväma skor / kängor med sula för terräng
- Vindtät jacka (Skalplagg som är både vind/vattentätt är Ok)
- Vattentät jacka (Skalplagg som är både vind/vattentätt är Ok)
- Förstärkningsplagg (Dunjacka / Tjockare flis)
- Underställ (Ull / Syntet EJ Bomull !)
- Extra sockar
- Mössa
- Handskar
- Solglasögon + Solskyddsfaktor
- Mobiltelefon
- Toalettpapper
- Mat + Snacks

Saker som är bra att ha med:

- Vattentäta överhandskar / Vantar
- Separat underställ för att sova med
- Sittunderlag i cellplast
- Mini handuk / Mikrofiberduk
- Keps
- Buff
- Kåsa
- Hygien artiklar
- Karta & Kompass
- Pannlampa
- Powerbank
- Myggnät & Myggmedel
- Stavar
- Skräp påsar
- Litet Multiverktyg / Kniv
- Trowel (googla)

e-post: info@fjallkloka.se