

Najaarswandeltocht Gaustatoppen



PAKLIJST

Meenemen:

- Rugzak (65 ltr of meer) inclusief regenhoes en extra streps om bijvoorbeeld tent buitenop te bevestigen;
- Goede hoge wandelschoenen (oversteken beekjes en moerassen!);
- Wind- en waterdichte (regen)kleding (goede jas en broek);
- Handschoenen, muts en sjaal (of kraag);
- Zonnebril (goede UV-bescherming)
- Voldoende droge sokken!;
- Warme droge kleding voor avonden, ook droog schoeisel (lichtgewicht) Het is fijn om 's avonds droge schoenen/slippers te hebben!;
- Warme droge nachtkleding. Het kan begin oktober 's nachts al behoorlijk vriezen (tot -10);
- Goede slaapzak (comforttemperatuur maximaal 0 graden);
- Isolerend slaapmatje (dikte naar eigen wens maar moet goed isoleren!);
- Hoofdlampje met voldoende batterijen;
- Toiletgerei;
- Eigen medicijnen (waaronder koorts- en pijnstillers, anti muggen spullen, blarenspullen, zonnebrand etc...);
- Eetgerei (bestek, bord/kom, beker);
- Onbreekbare thermoskan (voor koffie/thee/chocolademelk/cupasoup onderweg);
- Drinkfles;
- Wandelversnaperingen (muslierepen, nootjes, chocola, etc...) Neem niet meer mee dan je zelf nodig hebt!;
- Oploskoffie, thee, chocoladepoeder, cupasoup. (Eventueel icetea, sportdrank in poedervorm);
- Wat plastic zakken;
-
- Eten en drinken heen- en terugreis in de auto;
- Geldig paspoort of ID-kaart;
- Ziektekostenverzekeringbewijs (graag kopie hiervan via de mail naar Holger).

Eventueel meenemen:

- Waterdichte beenbeschermers;
- Wandelstok(ken) (kan handig zijn bij oversteken water voor extra balans met zware rugzak);
- Kussen(sloop) als je hier niet zonder kunt :-);
- Leesboek of spelletje(s);
- Fototoestel, telefoon;
- Zakmes (multitool, schaar);
- Handig zijn ook (waterdichte) compressiezakken voor inpakken van je spullen in je rugzak!.

iNorge zorgt voor tenten, kookgerei en avondeten. Ook zijn er voldoende algemene EHBO spullen aanwezig.