

## Pakkeliste til fjeldtur om sommeren

Når du skal pakke til turen i sommerfjeldet skal du først og fremmest tænke på hvornår du skal af sted. Tjek vejrmedlingen, og husk at selv om sommeren kan det komme slud og sne i fjeldet. Her er et forslag til påklædning og udstyr du bør ha' med dig når du skal gå fra hytte til hytte i sommerfjeldet.

### Påklædning:

- undertøj i uld eller kunstfiber (uld isolerer bedst – kunstfiber er bedre svedtransporterende)
- uldstrømper
- uldsokker
- bukser
- tynd fleece
- støvler
- rygsæk
- fløjte (så kan du høres hvis du bliver væk i vejr med dårlig sigt)

### I rygsækken eller lommerne

- jakke (softshell, skaljakke)
- skaljakke
- regnbukser
- hue
- "halsedisse" – neck gaiter (Buff el.lign.)
- handsker/vanter
- fleece
- langt undertøj i uld eller kunstfiber
- korte bukser
- T-shirt
- sovepose
- lagenpose
- 1.hjælpstaske
- ekstra undertøj
- reserve-/ indebukser
- skiftestrømper
- skiftesokker
- toiletgrej
- letvægtshåndklæde
- toiletpapir
- solcreme
- solbriller
- myggebalsam
- kort og kompas
- vandtæt kortetui
- GPS
- kniv
- multiværktøj
- tændstikker
- pandelampe
- støvleimprægning
- energi (Maximbar el.lign.)
- ståltermokande
- drikkeflaske
- reserveproviant
- penge
- nøgler (til hytterne, bilen, hjemmet osv.)
- ID (sygesikringsbevis, kørekort, pas m.v)

Nu vejer rygsækken 7-12kg.

### På telttur skal du også ha':

- liggeunderlag
- Trangia og brændstof
- Mad (Real Turmat er et godt valg)
- lille mugg (til at drikke af)
- stor mugg (til at spise af)
- bestik (letvægter fra Sea to Summit)

Rygsækkens vægt kommer hurtigt op på 16-20kg på telttur.

### Andet nyttigt udstyr:

- kikkert
- kamera
- guidebog
- briller
- medicin
- billetter
- bog
- stearinlys
- siddepude

Forår og efterår kan forholdene i fjeldet let blive vinterlige. Så er det vigtigt at ha' nok skiftetøj med.