

DEN ULTIMATIVE PAKKELISTE

til Vandreture i Grønland

BEKLADNING

_____ kg Svedundertøje
_____ kg Underbukser
_____ kg Bomuldstrømper /
vandrestømper og
uld-sokker (til støvler)
_____ kg Skjorte
_____ kg Fjeldbukser eller kampbukser
_____ kg Jakke / anorak
_____ kg Vandrestøvler inkl. gamacher
_____ kg Kasket

Jakke

_____ kg Læderhandsker
_____ kg Solbriller
_____ kg Læbepomade
_____ kg Kort
_____ kg Kompas
_____ kg Fløjte
_____ kg Højdemåler

Bukser

_____ kg Dolk
_____ kg Astrotæppe

EGET UDSTYR

Toplomme

_____ kg Medicin
_____ kg Kamera
_____ kg Regntøj
_____ kg Myggenet
_____ kg Myggebalsam
_____ kg Læderfedt
_____ kg Toiletrulle

Under Toplomme

_____ kg Pung, sygesikring og lignende

På Rygsak

_____ kg Fyltflaske (fyldt)
_____ kg Evt. telt i kompression-
sremme på rygsæk
_____ kg Underlag til sovepose

Hovedrum

_____ kg Goretex regntøj
_____ kg Trangia stormkøkken,
tallerkner, skeer, m.v.
_____ kg Trændstikker (sorm og alm.),
lighter og grydesvamp

_____ kg Uldtrøje
_____ kg Termojakke / vest
_____ kg 1 par extra bukser og 1 skjorte
_____ kg 2 par underbukser
_____ kg 2 par strømper
(bomuld/svadtransporterende)
_____ kg 1-2 par uldsokker (tykke)
_____ kg 1 håndklæde
_____ kg Bog, notesbog og blyant
_____ kg Minimum 0,7 ltr. sprit/ 1 gasdåse
_____ kg Mad (se detaljer på næste side)
_____ kg Lommekniv og toileting
_____ kg Termobukser eller
lange underbukser
_____ kg Nylontov
_____ kg Ståltråd, sekundlim
_____ kg Fladtang med bidefunktion
_____ kg Gaffatape
_____ kg Extra remme med spænde til
rygsæk el. lign.
_____ kg Sovepose (inkl. overtræk m.m.)
_____ kg Knæbind, Pamol, tigerbalsam,
vabelplaster
_____ kg Evt. fiskegrej

DEN ULTIMATIVE PAKKELISTE

til Vandreture i Grønland (forts.)

FALLESUDRUSTNING OG MAD

- | | | | |
|----------|---|----------|--|
| _____ kg | Førstehjælpskasse | _____ kg | Plastposer |
| _____ kg | Solcreme | _____ kg | 20 m nylontov |
| _____ kg | Fugtighedscreme | _____ kg | Lygte |
| _____ kg | Sygrej | _____ kg | Extra kompass |
| _____ kg | Telt og tylbehør
(pløkker, underlag, etc.) | _____ kg | Extra kort |
| _____ kg | Shampoo og sæbe | _____ kg | Evt. kikkert |
| _____ kg | Viskestykke | _____ kg | Nødraketter (brug dem kun,
hvis folk kan se dem!) |

MADRATION EN MAND I EN UGE

- | | | | |
|----------|--------------------------|----------|--|
| _____ kg | Salt, sukker, m.v. | _____ kg | 4 breve tomat/
champignon suppe |
| _____ kg | 8 frysetørrede retter | _____ kg | 4 blåbersuppe / frugtsuppe/
hybensuppe |
| _____ kg | Bulgur/ couscous | _____ kg | 4 brødblokke, skibskiks eller
hjemmelavet "tørbrød" |
| _____ kg | Kartoffelmos (til vand) | _____ kg | Hot chocolate, coffee, tea |
| _____ kg | Rosiner, chokolade, m.m. | _____ kg | Slik |
| _____ kg | 0,8 kg havregryn | | |

TOTALVÆGT

_____ kg i alt