



Utrustningstips

- Gummistövlar eller kängor
- Regnkläder
- T-shirt/Långarmad tröja
- Varm tröja
- Skjorta
- Vindtät jacka (alt. regnjacka)
- Ombyte underkläder/strumpor
- Halsduk
- Vantar
- Mössa
- Badkläder och handduk
- Etappblad (alt. ladda ner vår app)
- Kikare
- Kompass
- Kåsa/mugg
- Sked-gaffel-slidkniv
- Tändstickor i plastpåse
- Stormkök
- Stearinljus
- Bränsle till köket
- Vattenflaska
- Toalettpapper
- Plastpåsar

- Första hjälpen
- Skavsårsplåster
- Febernedsättande tabletter
- Myggmedel
- Fästingplockare
- Kamera
- Powerbank (extrabatteri till mobil som du laddar upp hemma)
- Solskyddsfaktor/solhatt/solglasögon

Övernattning

- Hygienartiklar
- Underställ
- Tält
- Pannlampa
- Sovsäck
- Liggunderlag
- Förstärkningsplagg