

# Pakkeliste for kanotur sommer

Denne pakkelisten passer for kanoturer med overnatting i telt sommerstid

Hovedprinsippet for kanoturer på sommeren, er å pakke **lett og tett**.

Beregn ett sett tøy til bruk under padlingen og ett til bruk på land om kvelden og natten.

## Bekledning under padling

Når vi padler, blir vi varme, og kan være relativt tynt kledd. Tøyet bør være av en type som tørker lett, f.eks.:

- UV badetrøye eller T-skjorte (helst ikke bomull)
- Tynn turbukse eller lang badeshorts
- Sko eller sandaler som tåler vann (barbeint - se under)

I tillegg bør du ha følgende lett tilgjengelig under padlingen hvis det blir for vått og kaldt:

- Lett regntøy
- Ulltrøye
- Ullsokker

Ull holder på varmen selv om det blir vått.

Hva enn du gjør, **ikke** bruk dongeri eller andre tykke bomullsplagg under padlingen.

## Bekledning på land

Etter en lang dags padling, er det godt å få på seg noe tørt og varmt, f.eks:

- Ulltrøye
- Tykk fleeejakke
- Langbukse
- Ullsokker

Husk at alt tøy som ikke er i bruk pakkes tett, spesielt tøyet du skal ha på deg på land. Det er ikke gøy å komme frem litt halvkald på kvelden og oppdage at land tøyet har blitt vått.

## Pakking

På kanoturer der man vet man ikke skal bære bagasjen langt, kan det være hensiktsmessig å pakke i en duffelbag med skulderstropper som et alternativ til ryggsekk. Spesielt "vanntette" duffelbager er supre til padling. Har du ikke det, kan man bruke en vanlig ryggsekk eller bag og legge en stor plastsekk ned i for ekstra beskyttelse.

For å pakke tøy tett, kan man bruke vanlige handleposer. Ikke fyll mer enn ca 1/3 og rull posen sammen.

Til soveposen kan man bruke en ekstra stor og kraftig plastpose/-sekk, eventuelt en spesiallaget, vanntett pakkepose.

Alt utstyr og klær/sko skal være merket med navn! Husk å pakke selv, så vet du hva du har med deg. Sorter tøy og utstyr i plastposer før de puttes i sekken. Kryss av på listen etter hvert som du putter tingene i sekken.

Alt elektronisk utstyr som PC/laptop, spillkonsoll, musikkspillere som MP3/iPod, osv. legger du igjen hjemme!

Mobiltelefon og GPS er lov å ta med seg, men bør tåle vann, f.eks ved å pakke inn i egnet vanntett emballasje.

	Bag med skulderstropper eller ryggsekk		
	<b>Til padlingen (pakkes for lett tilgang):</b>		<b>Til kvelden:</b>
	UV badetrøye eller T-skjorte m/skift		T-skjorte / ulltrøye
	Lett turbukse eller lang badeshorts		Tykk fleeejakke
	Sko eller sandaler som tåler vann		Langbukse
	Ulltrøye (evt. m/skift)		Ullsokker
	Ullsokker		Undertøyskift etter turens lengde
	Lett regnjakke / allværsjakke		Sovepose
	Lett regnbukse		Liggeunderlag
	Flytevest, hvis du ønsker egen. Gruppen har også.		Kopp, tallerken, bestikk
	Speiderskerf		Toalettsaker m/ håndkle Våtservietter til "helgevask"
	Drikkeflaske		Kniv / Multiverktøy
	Myggnetting og/eller myggmiddel		Mat i henhold til turbeskrivelse: Kvelds fredag, Frokost/lunsj/snack lørdag Frokost/lunsj/snack søndag Felles middag som gruppa kjøper inn til lørdag kveld.

\* Som real "nødproviant" anbefales et par - tre hektogram blanding av nøtter, koke-sjokolade, rosiner, tørket frukt og gryn/müsli