

Paklijst

eendaagse bergwandeltocht

Kleding

- ☐ Merinowollen t-shirt
- ☐ Vest als warme tussenlaag
- ☐ Hardshell jack
- ☐ Wandelbroek
- ☐ Fijne (merinowollen) sokken
- ☐ Extra paar droge sokken
- ☐ Pet, hoed of muts
- ☐ Buff

Optionele items

- ☐ Regenbroek
- ☐ Thermolegging
- ☐ Handschoenen

EHBO/Persoonlijke verzorging

- ☐ EHBO-kit
- ☐ Reddingsdeken
- ☐ Desinfecterende handgel
- ☐ Wandelwol
- ☐ Wandelhout
- ☐ Zonnebrand
- ☐ Anti-insectenspray
- ☐ Insectenbeet verzorging
- ☐ Veiligheidsfluitje
- ☐ Toiletpapier met plastic zakjes
- ☐ Voor de vrouwen; Plastuit

Eten en drinken

- ☐ Drinkfles of waterzak
- ☐ O.R.S. mengsel
- ☐ Energierepen
- ☐ Lichtgewicht lunch

Uitrusting

- ☐ Wandelschoenen
- ☐ Reserve veters
- ☐ Zonnebril
- ☐ Dagrugzak
- ☐ Rugzak regenhoes
- ☐ Wandelstokken
- ☐ Zitmatje
- ☐ Sneldrogende handdoek
- ☐ Drysack
- ☐ Verrekijker
- ☐ Zakmes
- ☐ Kompas
- ☐ Kaart van het gebied

Overig

- ☐ ID bewijs of paspoort
- ☐ Portemonnee met contant geld
- ☐ Powerbank
- ☐ Veiligheidsspelden
- ☐ Telefoonnummer hulpdiensten

