

Pakk egen tursekk

Riktige og behagelige klær er viktig for en vellykket tur. Det er aldri trivelig å være ute hvis man fryser, uansett hvor gammel man er. Ha alltid med skift, selv på en dagstur, og ha med en varm genser du kan ta på når det blir rastepause. Husk at det bedre å ha på for mange lag med klær enn for få. Om du skulle bli for varm er det bare å fjerne et av lagene.

Dagstur på fjellet

- Ullsokker, tykke og tynne
- Varm ull/ fleecebukse og fleecегenser
- Vindtett bukse og jakke med hette
- Gamasjer og varme skisko
- Skjerf, vindtett lue og lange votter
- Husk stor termos med varm drikke og gode brødsiver

Dagstur

- Regntøy
- Varm genser til pauser
- Ekstra sokker, lue, skjerf, votter
- Kart og kompass
- Matpakke, sjokolade
- Kniv
- Sitteunderlag

Overnattingsstur

- Ullgenser og turbukse
- Ekstra ullundertøy, gjerne flere sett
- Varme ullsokker
- Ekstra lue, skjerf og votter
- Liggeunderlag og sovepose
- Tannbørste og tannkrem
- Turkopp, tallerken, bestikk,
- Drikkeflaske og termos
- Kniv
- Kart og kompass
- Proviant under turen, som sjokolade, rosiner og nøtter

Om vinteren

- Ullundertøy, ullsokker, ullgenser
- Anorakk/allværsjakke
- Turbukse
- Regnjakke og regnbukse
- Gode turstøvler/gummistøvler
- Lue, votter, skjerf, gamasjer