

# Pakkeliste

## Aktiv rundrejse til Argentina og Chiles enestående nationalparker

### Pakkeliste

Vi har udarbejdet en pakkeliste som hjælp til dig, når der skal pakkes til rejsen. Pakkelisten indeholder nogle generelle informationer, samt hvad det er godt at medbringe på den aktuelle rejse.

Pakkelisten skal opfattes som en vejledning til, hvad du KAN medbringe og ikke som en liste over ting, som du SKAL medbringe på rejsen, da ens behov og ønsker kan være meget individuelle. Vores erfaringer er imidlertid, at de nævnte ting er gode at medbringe.

### Bagage

#### 1. DAGSTURSRYGSÆK – 33-45 L.

Vi anbefaler, at du pakker rygsækken vandtæt. Et regnslag til rygsækken er også en god ide - dog skal du være sikker på, at det sidder rigtig godt fast, da Patagonien er berygtet for sine stærke vinde. Brug din dagstursrygsæk som håndbagage i flyveren.

#### 2. STOR BAGAGE

Vi henstiller til, at du pakker dit tøj og udstyr til turen i en blød kuffert eller vadsæk. Den fylder mindre og er lettere at læsse på busserne. De fleste steder skal du selv kunne håndtere din bagage op på/ned fra værelset eller korte distancer til/fra bussen, så det er en god ide at pakke let.

OBS! På indenrigsflyvningerne må den indcheckede bagage kun veje 15kg.

*BEMÆRK: Pak gerne et par shorts, T-shirt, sandaler og solcreme enten i din håndbagage eller øverst i din store bagage, så du har let adgang til det ved ankomsten til Buenos Aires i de tilfælde, hvor værelserne endnu ikke er klar til check-in.*

### Fodtøj

#### VANDRESTØVLER

Medbring gode vandrestøvler med en stiv sål (f.eks. vibram) og god ankelstøtte. Vi anbefaler vandrestøvler, da de støtter anklerne. Den stive sål aflaster foden, når underlaget er ujævnt, da tryk fra sten og lignende fordeles. Derudover er deres grove mønster en stor fordel, hvis stierne er glatte. Vær sikker på, at støvlerne er gået ordentligt til, og at de er 100% vandtætte.

## SPORTSSKO OG/ELLER SANDALER

Let fodtøj, f.eks. sandaler, til at skifte med, når man er færdig med dagens vandretur.

I Buenos Aires anbefales det at have et par komfortable og ikke alt for varme sko på til turen rundt i byen. Evt. et par lette vandre- eller sportssko eller sandaler.

## Vandrestave

Det er meget individuelt, hvor meget gavn man har af at benytte vandrestave, og om man i givet fald benytter 1 eller 2. Man må prøve sig frem. Fordelene er dog mange. Skulle vandrestaven(e) være til besvær i et givent terræn, kan de spændes på rygsækken – teleskopvandrestave anbefales derfor kraftigt.

Generelt kan følgende fordele ved vandrestave nævnes:

- Øger balanceevnen betydeligt i ujævnt og/eller mudret terræn, i sne (bjergpas m.m.) og ved krydsning af vandløb.
- Ved rigtig brug af vandrestave aflastes knæene betydeligt. Det gælder ved såvel opstigninger som nedstigninger. Det gælder især på højroute- og bestigningsture (grad 3-4 og opad), hvor man oftest bærer en rygsæk med betydelig vægt, og hvor det samlede antal højdemeter og vandredistancen på turen er betragtelig.

Vandrestave skal pakkes i den indcheckede bagage på flyrejsen. Husk at beskytte spidserne, så bagagen m.m. ikke beskadiges.

## Tøj

- Vind og vandtæt jakke MED hætte (hard shell/skaljakke/Gore-tex)
- Vind og vandtætte overtræksbukser/regnbukser – gerne med lynlås i siderne
- 2-4 T-shirts (uld eller syntetisk materiale)
- 2-3 tynde trøjer m/ lange ærmer (uld eller syntetisk materiale)
- Lange underbukser (uld eller syntetisk materiale)
- Langærmet undertrøje (uld eller syntetisk materiale)
- Undertøj
- Tynd fleecejakke eller ulden sweater
- Kraftig og varm fleecejakke
- Varm hue (skal dække ørene)
- Varmt tørklæde
- Kasket eller solhat med bred skygge og hagerem (så den ikke blæser af!)
- 1 par tynde fingervanter
- 1 par varme vind og vandtætte luffer
- 2-3 par almindelige vandresokker
- 1-2 par vandrebukser
- Rejsetøj og bytøj (skjorter, nederdele, shorts, lette bukser osv)
- Buff eller bandana til at beskytte mod solen

## Tøjkask

Det er en god ide at medbringe lidt vaskemiddel til håndvask, så vandretøj kan skylles op efter behov.

Desuden er det muligt at få vasket tøj på de fleste af hotellerne samt på vaskerier i El Calafate og El

Chaltén.

## Diverse

- Vandrestave (justerbare)
- Drikkedunke/Camelbag til 2 liter væske
- Valuta og rejsedokumenter
- Pas - Bemærk: dit pas skal være gyldigt i min. 6 måneder efter hjemrejsedato
- Rejseforsikringskort/dokument
- Kopi af pas/flybillet
- 1-2 solide plastikposer (evt. sorte affaldssække) til at imprægnere rygsæk og bagage
- Toiletartikler
- Gode solbriller
- Solcreme og læbepomade med faktor 30-50 (Det er ekstremt vigtigt at beskytte sig mod solen i Patagonien)
- Medicin og førstehjælp til eget brug (vabelplaster/Compeed, sportstape, knæbind)
- Desinficerende håndsprit/gel til hænderne
- Toiletpapir (til vandredagene)
- Multistik adapter
- Pengebælte
- Kamera, oplader, SD kort osv. (det er en god ide at pakke dit kamera vand og støvtæt)
- Kikkert
- Evt. termoflaske (0,5L) til varme drikke på vandreturene

## Specifikke turbemærkninger

### RÅD OG VEJLEDNING OMKRING PÅKLÆDNING/UDSTYR TIL TUREN

T-shirts, trøjer og undertøj i uld eller syntetisk materiale (polyester, polypropylene eller polyamid) er langt at foretrække frem for bomuld. I modsætning til bomuld er uld og syntetiske materialer nemlig svedabsorberende og hurtigttørrende, hvilket er væsentligt, så du undgår at blive kold under vandringen.

Skulle vi få regn på vandredagene i bjergene, er det utroligt vigtigt, at dit udstyr kan holde både din under- og overkrop helt tør. Vær derfor sikker på, at dit yderste lag er 100% vandtæt. En poncho er uegnet i bjergene – den er hverken solid/vandtæt nok, eller for den sags skyld praktisk når man skal vandre.

På ture af denne type med store temperatursvingninger er det en fordel, at du hele tiden kan tage lag af og på for at regulere varmen. To tynde lag er derfor bedre end ét tykt.

I denne verdensdel klæder man sig på som 'una cebolla' (et løg) – dvs. i lag som kan skrælles af efterhånden, som det bliver varmere eller mere vindstille. Der kan være dage med fuld sol, hvor vi kan vandre i T-shirt og shorts og andre med vind, regn eller sne, hvor et vind- og vandtæt yderste lag er et must. Så man skal altså være forberedt på lidt af hvert og altid have tøj med i rygsækken til et pludseligt vejrskifte.

## Bemærk venligst

Vi medbringer en førstehjælpstaske til brug i nødsituationer. Er der medicin, du bruger regelmæssigt, skal du selv sørge for at medbringe rigeligt til hele rejsen.

[Klik her for at komme retur til Rejsen kort](#)