TOPAS TRAVEL
Adventurous since 1973

Pakkeliste

Aktiv rundrejse blandt bjerge, ørken og wadis

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

Bagagen kan pakkes i en blød vadsæk, rygsæk, sportstaske eller kuffert.

Medbring derudover en dagtursrygsæk til de ting, du skal bruge i løbet af dagen og på vandreturene. Vi anbefaler en rygsæk med et fornuftigt bæresystem med hoftebælte og brystspænde for at aflaste skulder og ryg. Medbring evt. denne rygsæk som håndbagage i flyet.

Vi skifter overnatningssted næsten dagligt. Tænk derfor i at pakke let og medbring i det hele taget ikke mere, end du selv kan løfte ind og ud af bilerne.

Støvler

Medbring vandrestøvler med ankelstøtte for at undgå ankelskader. Disse støvler skal bruges et par gange på turen på turens to længste vandredage, som går i kuperet og stenet terræn.

Det er ikke nødvendigt med en stor tung vandrestøvle m. goretex/læder. Du kan med fordel medbringe en let vandrestøvle, men vi anbefaler stadig vandrestøvler, da de støtter anklerne, og den stive sål aflaster foden, når underlaget er ujævnt, da tryk fra sten o.l. fordeles. Vær sikker på, at støvlerne er gået ordentligt til.

Det er en god idé at rejse med støvlerne på hjemmefra eller have dem med i håndbagagen, hvis bagagen mod forventning skulle blive forsinket.

Andet fodtøj

Medbring f.eks. et par lette vandresko eller trail-sko (løbesko, som er egnet til terræn, red.), som du kan bruge til vandringerne.

Sandaler

Et par lette sandaler til strand, by, under kørsel i jeep, etc.

Vandflaske

Medbring evt. en eller flere flasker som i alt kan rumme ca. 2 liter vand til at medbringe på vandreturene. Camelbacks kan bruges som alternativ, men er en noget dyrere løsning.

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, og 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, og det gælder ved såvel opstigninger som nedstigninger. Det gælder især på højrute- 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 til vandring

- 2-3 par tynde vandresokker
- Evt. 1-2 par tynde indersokker
- 1 par lette vandrebukser
- 1 par lette vandreshorts
- 1 tynd uldtrøje
- 1 sweatshirt
- 1 fleecetrøje eller tynd fiber- eller dunjakke (til morgen og aften i bjergene og ørkenen)
- 1 vind- og vandtæt jakke eller regnjakke
- 1 par regnbukser (Regnslag eller poncho er et godt alternativ til alm. regntøj)

Andet tøj

- Løst og lyst tøj med lange ben og ærmer. Man bør have tildækkede knæ og skuldre i alle offentlige rum.
- Bukser – evt. i bomuld
- T-shirts
- Langærmede bluser – evt. i bomuld
- Skjorter
- Strømper
- Undertøj
- Badetøj
- Håndklæde
- Tørklæde (for kvinder til brug i moskeer).

Mod solen

- 1 tørklæde mod sol og til kølige dage
- Hat med bred skygge
- Gode solbriller
- Solcreme og læbepomade med høj faktor

Diverse

- Pas, valuta, sygesikringsbevis og rejsedokumenter
- Pengebælte
- Adapter
- Toiletartikler
- Medicin til eget brug samt sportstape, vabelplaster og evt. knæbind
- Toiletpapir (til vandredagene)
- Myggebalsam
- Lommelygte og ekstra batterier, evt. pandelygte
- Ørepropper (hvis du gerne vil sove uforstyrret om natten)
- Sysæt til mindre reparationer
- Kamera og evt. ekstra batterier/oplader
- Alkoholgel til håndvask
- Vådservietter
- Evt. køresygepiller til transport

Specifikke turbemærkninger

Lyst og løst tøj til brug i det offentlige rum. Ved besøg i moskeer, markeder, fort og andre offentlige pladser og seværdigheder, må alle have tildækkede arme og ben. Kvinder skal have tildækket hår ved besøg i moske, ellers ikke.

Vi anbefaler tyndt løstsiddende bomulds- eller lærredstøj med lange ærmer og ben.

Ved vandring kan du have almindeligt vandretøj på, f.eks. shorts og t-shirt. Undgå stropbluse.

Du skal IKKE medbringe hverken underlag eller sovepose til turen.

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