TOPAS TRAVEL
Adventurous since 1973

Pakkeliste

Hytte til hytte i Jotunheimen

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

Rygsæk til vandreturen:
Medbring en rygsæk på 45-65 L til at bære dit personlige udstyr på hytte-til-hytte vandringen. Denne rygsæk bruger du også på dag 2, på topturen til Sikkilsdalshøa. Vi anbefaler en rygsæk af denne størrelse, som er så let som mulig, og som samtidig har et godt bæresystem og med tilstrækkelig plads til dit personlige gods.

Pak denne rygsæk vandtæt. Medbring et regnslag og/eller pak dine ejendele i vandtætte poser.

Lille foldbar letvægtsrygsæk:
Medbring en lille 18-20 l foldbar letvægtsrygsæk, som du fx kan have dine værdier, powerbank m.m. med i flyveren. Fx Sea to Summit Ultra-sil Day Pack 20l eller Osprey Ultralight Stuff Pack.

Det er oplagt at medbringe denne som håndbagage på flyet.

Lagenpose (SKAL medbringes)

Lagenpose skal medbringes. Der er dyner og pude i hytterne.

Støvler

Vi anbefaler gode vandrestøvler med en stiv sål (f.eks. vibram) og ankelstøtte for at undgå ankelskader. Vi anbefaler vandrestøvler, da de støtter anklerne, og den stive sål aflaster foden, når underlaget er ujævnt, da tryk fra sten o.l. fordeles. Derudover er deres grove mønster en stor fordel, hvis stierne er glatte. 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.

Det er fordel og en anbefaling, at dine vandrestøvler er vandtætte, da ruten nogle steder går gennem fugtige terræn. Det er ikke muligt at gennemføre denne tur i almindelige kondisko.

Vandflaske

Medbring en eller flere flasker, som i alt kan rumme 1.5 liter. Der kan med fordel benyttes 0,5 liters danske genbrugs-sodavandsflasker, da de er lette og stærke.

Vandrestave

Vi anbefaler, at du medbringer vandrestave til denne tur. Vandrestave øger balanceevnen betydeligt i ujævnt og/eller mudret terræn og ved krydsning af vandløb. Og det skaber en god støtte og balance med fuld oppakning på ryggen.

Ved rigtig brug af vandrestave aflastes knæene betydeligt, og det gælder ved såvel opstigninger som nedstigninger.

Vandrestave skal pakkes i den bagage, som man checker ind på flyrejsen. Husk at beskytte spidserne, så bagagen m.m. ikke beskadiges.

Tøj til vandring

Undgå bomuld og medbring primært uld og syntetisk materiale, da disse materialer tørrer hurtigere.

- 2 - 3 par tykke eller mellem vandresokker
- 2 – 3 par tynde indersokker
- 2 par vandrebukser
- 1 par shorts
- Et sæt uldent undertøj
- 1 tynd ulden trøje
- 1 mellemtyk ulden trøje
- 2 svedabsorberende eller uldne t-shirts
- 1 tynd dunjakke/ulden sweater/fleecetrøje
- 1 vind- og vandtæt Goretex jakke med hætte
- 1 vind- og vandtæt Goretex bukser
- 1 tynd hue
- 1 par tynde vanter
- 1 buff/tørklæde, som kan bruges mod både vind og sol
- Undertøj

Mad til Torfinnsbu (skal medbringes)

- 1 ske
- 1 kop
- 1 Thermos (0.7 l)
- 2 frysetørrede aftensmad
- 1 frysetørret morgenmad

Mod solen

- Kasket eller hat med skygge
- Gode solbriller

- Solcreme og læbepomade med faktor

Andet fodtøj

- Lette sandaler (evt. Crocs) til brug i hytterne.

Diverse

- Pas, sygesikringsbevis, rejsedokumenter og gyldig rejseforsikring
- Toiletartikler (medbring et minimum i små beholdere)
- Medicin til eget brug samt sportstape, vabelplaster og evt. knæbind
- Toiletpapir (til vandredagene)
- Øreppropper (hvis du gerne vil sove uforstyrret om natten)
- Sy-sæt til mindre reparationer
- Oplader og powerbank
- Alkoholgel til at vaske hænder i før picnic (kan købes på apoteket eller hos Matas)
- Snacks
- Evt. køresygepiller til bustransport
- Myggespray

Pak let

Pak så let som muligt – du skal selv bære dine ting. Din rygsæk skal helst ikke veje mere end 8 -10 kilo, uden vand. Samtidig må du have tøj nok med, så du kan holde dig tør og varm. Det er lidt en kunst – vi ved det godt😊

Tips:

- Gå efter en forholdsvis let rygsæk, der ikke vejer 3 kilo i sig selv.
- Tænk i princippet om, at du skal have ét sæt tøj til at vandre i + et sæt skiftetøj at have på om aftenen. Dit vandretøj tager du på hver dag, også selvom det er lidt beskidt eller lugter lidt, mens 'dit skiftetøj' holdes tørt og rent i rygsækken, så du kan bruge det som dit 'indetøj' (og evt. rejsetøj) hver aften aften i hytterne.
- Spar på toiletsagerne: Medbring tandpasta, solcreme, et stk. håndsæbe. Keep it simple.
- Tænk strategisk: Download en lydbog i stedet for at bære en tyk bog med.
- Stil dig selv spørgsmålet: Har jeg virkelig brug for denne genstand?
- Hvad kan du ikke undvære? Vand- og vindtæt tøj + varme lag.
- Husk: Der er ingen dress-code i hytterne, så du behøver ikke en masse skiftetøj.

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. Det gælder også vabelplaster, sportstape, Panodil, etc.