

# Pakkeliste

## Sydafrika – Trekking i buskmændenes fodspor og safarientyr

### 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

Af hensyn til pakning af safarikøretøj og vores portere, der bærer på den store bagage, skal bagagen pakkes i en blød vadsæk, rygsæk eller sportstaske og ikke i en kuffert.

På trekket pakker du den bagage, som du skal have med, i den medbragte taske, som porterne så bærer for dig. Porterer bærer på liggeunderlag, sovepose, forskelligt personligt udstyr samt proviant. Selv bærer du din dagtursrygsæk, som indeholder alt det, du får brug for i løbet af dagen.

Vi anbefaler en dagtursrygsæk med et godt bæresystem, så du får en god bærekomfort end en mindre rygsæk. Medbring evt. denne rygsæk som [håndbagage i flyet](#).

### Støvler

Det er vigtigt at medbringe gode vandrestøvler med en stiv sål (f.eks. Vibram) og god 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.

### Andet fodtøj

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

### Vandflaske

Medbring en eller flere flasker, som minimum kan rumme 2 liter. Der kan med fordel benyttes 0,5 el. 1,5 liters danske genbrugs-sodavandsflasker, da de er lette og stærke. 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 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.

## Sovepose, lagenpose og liggeunderlag

### SOVEPOSE

2-sæsons eller med en komforttemperatur på 0 grader. Det er en god idé at kunne lyne den op helt ned til fødderne, så den kan bruges i varmt vejr.

### LAGENPOSE

Bomuld eller silke. Sidstnævnte er meget behagelig i varmen.

### LIGGEUNDERLAG

Gerne Therm-a-rest el.lign. med god komfort. Desuden kan det være en god ide at medbringe et stykke plastik til at beskytte liggeunderlaget mod den værste snavs. Det kan være en stor affaldssæk eller lignende.

## Tøj til vandring

- 2 par tykke vandresokker
- Evt. 2 par tynde indersokker
- 1-2 par lette vandrebukser/vandreshorts
- 1 tynd uldtrøje
- 1 sweatshirt/fleecetrøje
- 1 vind- og vandtæt anorak eller jakke med hætte
- 1 par regnbukser (Regnslag eller poncho er et godt alternativ til alm. regntøj)

## Andet tøj

- T-shirts
- Skjorter
- Strømper
- Undertøj
- Badetøj
- Håndklæde

## 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
- 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)
- Sy-sæt til mindre reparationer
- Kamera og evt. ekstra batterier/oplader
- Evt. kikkert
- Alkoholgel til håndvask
- Vådservietter
- Evt. køresygepiller til bustransport

## Specifikke turbemærkninger

### MOD MYG

I teltene og på lodges/resorts er der myggenet. Vi anbefaler tyndt løstsiddende bomuld/lærredstøj med lange ærmer og ben, som sammen med myggebalsam, er den bedste beskyttelse mod myggene om aftenen.

### MILJØ

På de steder, hvor det er nødvendigt, filtrerer vi selv vores drikkevand med keramiske filtre. Vi behøver derfor hverken at købe eller koge vand, og på den måde kan vi undgå at forurene med engangsplastikflasker.

## 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](#)