

PAKKELISTE – Divisionens juniortur

- Skriv navn i/på alt!

Husk at vi altid rejser i uniform - men pak kniven i rygsækken.

Pak i en rygsæk som du kan bære, der er ingen til at bære den for dig.

Sørg for at du pakker din rygsæk selv - måske sammen med far eller mor. Så ved du, hvor alting er.

Hav en lille turtaske med til din madpakke, drikkedunk og andre småfornødenheder.

Husk at fortælle dine forældre, at denne liste er vejledende, at man ikke altid behøver det hele og at man ikke altid behøver at købe det dyreste udstyr.



- Madpakke til første aften.



- Langt undertøj i uld. Også godt at sove i, hvis soveposen er tynd, eller hvis natten er kølig.



- Alm. undertøj.



- T-shirts til at have på under uniformsskjorten.



- Rene strømper til hver dag.



- Skriv navn i/på alt!



- Mindst et par uldstrømper i god kvalitet.



- Lange bukser.



- Korte bukser.



- Skriv navn i/på alt!



- Tyk trøje i uld.



- Vandrestøvler eller vandresko – gerne vandtætte.
(Glem alt om kondisko og sneakers, hvis ikke de er vandtætte!!! Der er altid fugtigt i græsset om morgenen – sommer såvel som vinter.)



- Regntøj.



- Gummistøvler (eller vandtætte vandrestøvler).



- Skriv navn i/på alt!



- Hue.



- Handsker.



- Halstørklæde eller halsrør.



- Skriv navn i/på alt!



- Spisegrej.



- Drikkedunk.



- Viskestykke.



- Toiletgrej.



- Håndklæde.



- Skriv navn i/på alt!



- Liggeunderlag.



- Sovepose.



- Skriv navn i/på alt!



- Lygte.



- Kompas.



- Kniv. (I rygsækken når vi rejser!)



- INGEN ELEKTRONISKE APPARATER!



- Skriv navn i/på alt!

Noter om at holde varmen:

Uldtøj er meget bedre end bomuldstøj, når du skal holde varmen.

Uldtøj holder på varmen, selvom tøjet er blevet vådt eller fugtigt.

Når du fryser i fødderne, så er det næsten garanteret, at du også kommer til at fryse i resten af kroppen.

Holder du hovedet varmt, så fryser du ikke i fødderne.

En stor årsagen til sammenhængen imellem varme/kulde i fødder og hoved og i resten af kroppen er, at den største fordampning (og dermed nedkøling) typisk sker fra hovedet, samt at de store arterier og vener i kroppen løber næsten direkte imellem hovedet og fødderne og igennem hele kroppen.

Derfor:

- Hav altid langt undertøj i uld med på tur. Det kan også bruges som nattøj.

- Hav altid en uldtrøje med på tur. Den varmer selv i fugtigt vejr, og den er god under regnjakken.

- Hav altid uldstrømper med på tur. De holder på varmen i fødderne, selv når de er blevet fugtige af regn eller sved.

- Hav altid en hue med på tur - gerne i uld. Den hjælper med at holde varmen i hele kroppen, man kan også bruge den om natten, når man sover, og så fylder den næsten ingenting ekstra.

- Skriv navn i/på alt!

- Har du spørgsmål?

- Så tag fat i din leder!