

Pryl	#	Kommentarer och rekommendationer	Finns att hyra
Att ha på dig			
Vandringsbyxor	1	Bekväma och snabbtorkande	
T-shirt	1	Ull eller syntet med korta eller långa armar	
Underkläder	1	Vi rekommenderar ull eller syntet	
Sockar	1-2 par	Vi rekommenderar ullsockor	
Vandringsskängor		Med stöd för vristerna	
Att ha i ryggsäcken			
Regnjacka	1	Vatten och vindtät jacka med luva	
Regnbyxor	1	Vattentäta byxor	
Förstärkningsjacka	1	Dun, syntet eller fleece. Bör få plats under regnjackan.	
Underställströja	1	Vi rekommenderar ull	
Underställsbyxor	1	Vi rekommenderar ull	
Underkläder	1-2	Vi rekommenderar ull eller syntet	
Sockar	1 pair	Vi rekommenderar ullsockor	
Vantar	1 par	Tunna vantar, helst vind och vattentäta	
Mössa	1	En tunnare mössa för kalla dagar	
Solhatt	1	Solhatt eller keps	
Utrustning			
Ryggsäck		Ca 40-50l	x
Drybag (lättvikt)	1-2	För att hålla kläder och utrustning torrt	x
Inomhusskor		Crocs eller sandaler	
Pannlampa		En liten och lätt (inte nödvändig i juni)	
Solglasögon		Med UV-skydd	
Solkräm		Liten tub med hög faktor	
Necessär		Tandkräm, tandborste, cerat, öronproppar, sanitetsprodukter	
Mediciner mm		Receptbelagda mediciner och ditt favoritläkemedel mot smärta	
Första hjälpen		Plåster och compeed för att ta hand om små sår och skavsår	
Valfritt			
Sporttopp		Ull eller syntet	
Scarf/buff/balaclava		Fleece eller ull	
Vindjacka		Skyddar mot mygg och håller dig varm under kallare dagar	
Liten handduk		För ett snabbt dopp i sjön	
Kamera		Med extra batterier	
Kikare		Lättvikt	
Telefon		Mottagningen kommer vara varierande under vandringen	
Packpåsar		För att organisera dina kläder och saker	

Vandringsstavar	För att spara på knäna och hjälpa dig med balansen	x
Kniv	För matlagning	
Karta och kompass	Vi rekommenderar Calazo vattentäta karta	

Resebagage *En väska kan lämnas i Jokkmokk innan vi ger oss ut*

Bag/ryggsäck	Tillräckligt stor
Rena kläder	Att ha när vi kommer tillbaka
Necessär	Tvål och schampo mm
Telefon	De flesta abonnemang har täckning i Jokkmokk
Kreditkort	För att köpa souvenirer och annat i Jokkmokk

Priset inkluderar

Matlagningsutr.	Stekpanna och kaffepanna
Reselakan	Att använda i stugorna
Sittunderlag	Att sitta på under raster
Vattenflaska	Ungefär en liter totalt
Äta kit	Tallrik, sked och mugg
Mat	Frukost, lunch, middag, snacks, varma drycker

Guiden har också med GPS, kommunikationsutr., första hjälpen och reparationskit