

# Pakkeliste OS24

## Kanosommerlejr i Sverige

Pak i en rygsæk. Din opbakning skal medbringes i tog og bus og skal kunne bæres frem til kanoudlejningen. Vær forberedt på at du måske får stukket et telt og en pose mad i hånden.

Alt der ikke må blive vådt, skal pakkes vandtæt.

Brug drybags eller kraftige affaldssække. (Men lad være med at binde knuder, sno åbningen eller brug pose-lukkere.

Har du et regnovertræk til ryksækken, vil det også være en god ide, som ekstra beskyttelse af dit udstyr, når den ligger i kanoen.

Tag tøj nok med til hele ugen, men begræns det så godt du kan, så kanoen ikke ligger for tungt i vandet. Pak let og kompakt!

### **Yderst:**

Skaljakke / regnjakke.

Skalbukser / regnbukser

Varm trøje / fleece / dunjakke

Hue

Evt. handsker/arbejdshandsker, til når vi padler.

### **Inderst:**

Uniform

Tørklæde

Skiftetøj til en uge (7 dage / 6 overnatninger).

T-shirts

Tynd langærmet

Bukser

Shorts

Undertøj

Sokker

Badetøj

### **Øverst:**

Solhat

Solbriller

Eventuelt myggenet

### **Nederst:**

Sko/vandresko. Alternativt vandrestøvler.

Sandaler (Gerne nogle der sidder fast på foden (så de ikke synker, hvis man svømmer med dem på).

- ikke gummistøvler!

**Personligt:**

Toiletgrej incl. solcreme

For pigerne: hygiejneartikler i form af bind/tamponer eller lignende til en uges brug

Myggebalsam og antikløe middel.

Egen medicin (+ instruks til lederne).

Pas

Sygesikringskort

Lommepenge/betalingskort (Det er dog tvivlsomt om vi møder nogen butikker undervejs).

Armbåndsur (hvis du har).

Førstehjælp til eget behov.

1 rulle toiletpapir

Letvægts håndklæde - mikrofiber

**Det hårde:**

Service / bestiksæt og kop + Viskestykke

Mindst 2 drikkedunke med samlet kapacitet på 2 liter.

Kniv

**Det bløde:**

Sovepose

Liggeunderlag.

Evt. lille hovedpude.

**Det du gerne må lade blive hjemme (men som du også godt må tage med):**

Mobiltelefon må gerne medbringes. Men der vil ikke være oplademuligheden og den bør være vandtæt pakket.

Powerbank