



Pakkeliste vintertur, 2 overnattinger

Oppdatert 29. mars 2021

Å lage en liste som dekker alle slags typer av turer er umulig. Hva du trenger å ha med deg varierer med årstidene, område, varighet og om du skal sove inne eller ute. Personlige preferanser og tilgang på utstyr varierer også fra person til person. Noen trives med å bære tungt, mens det for andre er viktigere at sekken er så lett som mulig.

Listene her er laget for en tur med 2 overnattinger i telt, under tarp eller i snøhule. Fellesutstyret deler man på å bære/trekke.

Vi har ikke tatt utgangspunkt i at du behøver nødrasjoner, men at du må bære med deg all maten. Det er absolutt ikke sånn at du må ha med deg alt på denne listen. Noen vil kanskje ha med mer, andre synes kanskje at mange av disse tingene er unødvendige.

En utrustning uten ski/støvler/staver/mat/drikke vil veie totalt mellom 10 - 14 kg. Med klær på kroppen (fra sekken) kan vekten på sekken gå ned til ca 8-10 kg.

IKKE GLEM!

Alt du har med deg må det være plass til i/på sekken. Når du kommer med hendene fulle av plastposer, ekstra baker, soveposen løs o.s.v. blir det både vanskeligere for deg å holde styr på og tilnærmet umulig å hjelpe til med å bære fellesutstyr.

Personlig utstyr

- Ryggsekk med passe volum til innhold, 50-70 liter.
- Pakkposer til å organisere og pakke tingene i.
- Ski og staver. Store trinser er viktig om du skal gå utenfor nypreppa løyper. Stålkantene er kjekt om du går utenfor løypene og i bratt terreng. Husk at man veier mer med stor ryggsekk på ryggen, så skiene kan med fordel være litt ekstra stive.
- Sovepose og liggeunderlag. En god varm natt er viktig. Husk at mye av varmen forsvinner gjennom liggeunderlaget, så et godt isolert underlag er like viktig som en varm sovepose.
- Hodelykt/lommelykt. Lader/ekstra batterier. Sjekk at du har riktige batterier
- Toalettsaker og førstehjelpsutstyr:
 - Tannbørste
 - Tannpasta
 - Såpe
 - Plaster
 - Smertestillende
 - Pinsett



- Toalettpapir. (Husk at dette er søppel. Det må enten brennes eller bæres hjem)
 - Sportstape/silketape for gnagsår
-
- Bandasje
 - Strips/sysaker for dype kutt
 - Rensevæske/servietter
- Kniv
 - Drikkeflaske og termos
 - Fyrstikker/lighter/tennstål (pakk vanntett)
 - Mat
 - 2 x frokost
 - 2 x lunsj
 - 2 x middag (kan være felles)
 - Godteri og snacks for dagen og kvelden. Jevnlig påfyll av energi er viktig om det er en aktiv tur.
 - Kaffe, te, saft, kakao
 - Solbriller med mørkt glass. Gjenskinn fra snøen gjør at det blir mer lys enn vanlig, og øynene trenger mørke glass som dekker godt for å slappe av.
 - Solkrem
 - Skibriller i tilfelle dårlig vær
 - Skismøring
 - Sender/Mottaker om man beveger seg i skredutsatt terreng.
 - Diverse reparasjonsutstyr (Fixzet)
 - Sysaker
 - Hyssing/skolisser
 - Reperasjonsutstyr til telt
 - Lappesaker til oppblåsbart liggeunderlag
 - Enkelt utstyr for reparasjon av bindinger og staver
 - Klær
 - Tørt undertøy
 - Ekstra sokker. Mange klarer seg med 1 par ekstra. Sørg for å alltid ha et tørt par. Ull isolerer godt, er pustende og vil isolere selv om det blir vått. Det tørker også forholdsvis fort.
 - Vindtett jakke og bukse.
 - Gode støvler som er tilpasset området man skal på tur i. Etter en lang dag på ski kan et par fotposer/leirstøvler være utrolig deilig å putte føttene oppi.
 - Varmejakke eller ullgenser.
 - Ekstra lue. En tynn lue kan brukes i kombinasjon med en annen lue, eventuelt alene på varmere dager. Vindtett lue er lurt om man ikke har hette på jakken.
 - Ekstra votter. Skal man gå på ski er det mange som foretrekker tynne hansker eller votter da mange blir varme på hendene av å gå på ski. Da kan det være viktig med et par varme votter lett tilgjengelig når man stopper.



- Gamasjer. Sørg for å holde snøen ute av støvlene for å forhindre våte og kalde føtter.
- Ansiktsmaske/skjerf/balacclava/hals

Patruljeutstyr:

- Pulk til å kunne ha med deg alt du behøver (evt fordel på sekkene)
- Telt eller tarp, eventuelt spade og sag om du planlegger å lage snøhule eller igloo. De fleste telt vil fungere fint også på vinteren, men noen ting er kjekt å tenke på.
 - Fortelt er praktisk til matlaging og oppbevaring av utstyr på vinteren. Man kan og grave ut noe av snøen fra forteltet så man har ståplass i innerteltet. En lavvo stang kan være vanskelig å få til å stå på snøen uten at den synker ned i snøen. Et underlag/trinse til stanga kan være et godt alternativ.
 - Mange plugger er for små til å få feste i snø, derfor finnes det egne snøplugger. Ski og staver kan også brukes.
- Sag og/eller øks om du planlegger å tenne bål eller bygge leir
- Brenner, for koking av vann og laging av mat.
 - Brensel. Gass fungerer ikke like godt når temperaturen faller under noen minus. Gassboksen vil ikke vare like lenge i kulden, og mange foretrekker derfor flytende brensel på vinterstid.
 - Skal man i tillegg smelte snø for vann, forsikre deg om at du har med nok brensel.
 - Reparasjonsutstyr, om du er veldig avhengig av brenneren for å kunne gjennomføre turen
- Kjelesett og stekepanne.
 - Oppvasksåpe kan være kjekt, så du slipper spredning av smak fra middagen på kvelden til kaffen om morgenen, om du bare har 1 kjele.
 - Om du bare skal koke vann kan det være smart med en kjele som er laget for dette.
 - Skal du bruke kjelesett på bål, pass på at det ikke er plast på håndtaket eller lokket, det kan smelte i varmen fra bålet.
- Kartmappe/vanntett beholder med kart, GPS og kompass
- Spade
- Søkestang er praktisk om man skal grave snøhule, for å sjekke forholdene og snødybden. Søkestang og spade er også viktig om du skal bevege deg i skredfarlig terreng.



TIPS

- Med to skift ullundertøy har du ett sett på tur og det andre inne på hytta/teltet.
- «Lette inneklær», kan være en tynn/lett microfiberbukse i tillegg til det ekstra settet du har med ullundertøy.
- Bruk gjerne bivuaksko (dun/kunstfiber) som lette innesko. Gir sikkerhet når man bruker BC-skisko som kan fryse til binding.
- Varmejakke gir rask og effektiv varme i pauser. Tas utenpå ytterjakke i tørt vær.
- Ytterbekledning i vindtett bomull eller mikrofiber vil oftest gi bedre fukttransport enn allværsbekledning. Du må da vurdere værvarsel og eventuelt ha regntøy i sekken.
- Sender/mottaker er anbefalt for turer i skredutsatt terreng. Øv deg på å bruke skredutstyret **før** turen!
- Foruten søk i skred, er søkestang også nyttig til å vurdere om en snøskavl er stor nok til å grave seg inn i.
- Vindsekk, tilstrekkelig varm sovepose og liggeunderlag skal alltid være med. Dette redder liv hver vinter.