

Pryl	#	Kommentarer och rekommendationer
------	---	----------------------------------

Att ha på sig

Skaljacka	1	Vatten och vindtät jacka med luva
Skalbyxor	1	Vatten och vindtäta byxor
Underställströja	1	Vi rekommenderar ull
Underställsbyxor	1	Vi rekommenderar ull
Underkläder	1	Vi rekommenderar ull eller syntet
Sockar	1-2	Vi rekommenderar ullsockor
Vantar	1 par	Helst vind och vattentäta
Liners	1 par	Ull eller syntet
Varm mössa	1	Vindtät och ev. en sovmössa
Halsduk/buff/balaclava	1	Fleece eller ull

Kläder

Tjock förstärkningsjacka	1	Dun eller syntet jacka med luva som går över alla andra lager
Extra underställströja	1	Vi rekommenderar ull
Extra underställsbyxor	1	Vi rekommenderar ull
Tjockare tröja	1	Fleece eller tjockare ulltröja
Extra underkläder	2-7	Vi rekommenderar ull eller syntet
Extra sockar	2-7	Vi rekommenderar ullsockor

Utrustning

Ryggsäck		Ungefär 35-40 liter för dagsturer
Drybag/plastpåse	1-2	För att hålla kläder och utrustning torrt
Inomhusskor		Crocs eller sandaler (golven kan vara blöta)
Solglasögon		Med UV-skydd
Goggles		Med UV-skydd
Solkräm		Liten tub med hög faktor
Pannlampa		Med extrabatterier
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

Tidigare gäster har också rekommenderat	
Sporttopp	Ull eller syntet
Fleeceshorts	Down

Tjockare byxor	Fleece eller tjockare ullbyxor
Vest	Ull, fleece eller syntet
Örngott	Or use a sweater
Liten handduk	Att använda i bastun
Kamera	Med extra batterier
Kikare	Lättvikt
Telefon	För det mesta kommer du inte ha någon täckning
Packpåsar	För att organisera dina kläder och saker
Karta och kompass	Vi rekommenderar Calazo vattentäta karta
Kreditkort	För att köpa godis eller souvenirer i Ritsem/Stora Sjöfallet

Att lämna i Jokkmokk

Bag/ryggsäck	Tillräckligt stor
Travel clothes	Vanliga kläder
Necessär	Tvål och schampo mm
Telefon	Telia har täckning i Jokkmokk
Kreditkort	För att köpa eventuell dryck till maten och souvenirer

Priset inkluderar

Skidpaket	Skidor, pjäxor, stavar, stighudar
Säkerhetsutrustning	Spadar, situnderlägg, vindsäckar/yttertält
Sovsäck ink drybag	Säkerhetsutrustning och för att använda i stugorna
Pulka	Pulka med sele, skackel och packväska (OBS ej vattentät)
Vattenflaska	Ungefär en liter totalt
Termos	Ungefär en liter totalt
Äta kit	Tallrik, sked och mugg
Damasker	Skyddar från att få snö i skorna
Mat	Frukost, lunch, middag, snacks, varma drycker

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