



PACKLISTA - Paddling i Pärlälvens Naturresevat

Pryl	#	Kommentarer och rekommendationer
Kläder		
Regnjacka	1	Vatten och vindtät jacka med luva
Förstärkningsjacka	1	Dun, syntet eller fleece
Tjockare tröja	1	Fleece eller tjockare ulltröja
Underställströja	1-2	Vi rekommenderar ull
T-shirt/skjorta	1	Ull eller syntet med korta eller långa armar
Regnbyxor	1	Vattentäta byxor
Vandringsbyxor	1	Bekväma och snabbtorkande
Underställsbyxor	1-2	Vi rekommenderar ull
Underkläder	2-3	Vi rekommenderar ull eller syntet
Sockar	3-4 par	Vi rekommenderar ullsockor
Vantar	1 par	Helst vind och vattentäta
Mössa	1	En tunnare mössa för kalla dagar och nätter
Solhatt		Solhatt eller keps
Utrustning		
Ryggsäck		Ca 30-40l
Ryggsäcksöverdrag		Gärna färglatt
Drybag (lättvikt)	2-3	För att hålla kläder och utrustning torrt
Vandringsskängor		Enklare bekväma kängor/skor
Sandaler/skor		Ett andra par skor/sandaler som kan bli blöta
Solglasögon		Med UV-skydd
Solkräm		Liten tub med hög faktor
Necessär		Tandkräm, tandborste, cerat, öronproppar, sanitetsprodukter
Mediciner mm		Receptbelagda mediciner & 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/balacava		Fleece eller ull
Mygghatt		Rekommenderas om du är känslig för mygg och knott
Insektsmedel		Liten flaska
Liten handduk & badkläder		För ett snabbt bad i sjön
Vindjacka		Skyddar mot mygg och håller dig varm under kallare dagar
Sittunderlag		Att sitta på under raster. Du kan också använda ryggsäcken
Kamera		Med extra batterier
Kikare		Lättvikt

Telefon		För det mesta kommer du inte ha någon täckning
Packpåsar		För att organisera dina kläder och saker
Kniv		För matlagning
Termos		Om du vill ha varm dryck mer än tre gånger per dag
Karta och kompass		Vi rekommenderar Calazo vattentäta karta
För att lämna i Jokkmokk		
Bag/ryggsäck		Tillräckligt stor för ditt resebagage
Rena kläder		Bara vanliga kläder
Necessär		Tvål och schampo m.m.
Telefon		Telia har täckning i Saltoluokta
Kreditkort		För att köpa eventuell dryck till maten och souvenirer
Priset inkluderar		
Tält		Kvalitetstält från Hilleberg
Vattentät kanotsäck		För att kunna packa dina grejer vattentätt
Sovsäck		Syntetisk med temperatur ner till 0
Liggunderlag		Uppblåsbar liggunderlag
Matlagningsutr.		Friluftskök, kastruller, stekpannor, tamoj, slevar och bränsle
Vattenflaska		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		