

Checklist

- Inclusief in de activiteiten:

Bij de outdoor-activiteiten zijn volgende zaken voorzien:

- Raften/kayakken: wetsuits, helm & reddingsvest
- Rallarvegen: mountainbike, fietshelm
- Gletsjer: stijgijsers

- Wat jullie best zelf voorzien:

Het is volop zomer in Noorwegen, en dat geeft meestal vrij aangename temperaturen. Toch moet je je goed voorzien qua kledij; een Noors spreekwoord zegt: "Slecht weer bestaat niet, enkel slechte kledij." Op de Hardangervidda kan je écht alle seizoen op één dag hebben. Als de zon uitkomt klimt de temperatuur gemakkelijk naar 20°C of meer; maar als het tegenzit is het er 7°C, regen en een strakke wind die de gevoelstemperatuur nog lager doet uitkomen. Een lijstje van dingen die niet mogen ontbreken:

- rugzak 55-70 liter en eventueel een kleine dag-rugzak (als handbagage)
- waterdichte tent, slaapmatje en slaapzak (comfort 0-5°C)
- best één setje merinowollen ondergoed (evt. onder wetsuit of als pyjama tijdens trekking) of thermisch ondergoed
- ingelopen stapschoenen (!) en een paar reserveschoeisel (sneakers, loopschoenen)
- je kleedt je best in 'laagjes': T-shirt (evt. ook icebreaker/merinowol) – warm (fleece) jasje, vest of trui – regenjas; zo ben je flexibel voor elk weertype en kan je snel 'switchen'
- basic EHBO kitje voor blaren & evt. muggenwerend middel
- evt. een aantal trekkersmaaltijden om de kosten wat te drukken (goedkoper in België en handig tijdens trektochten ed.) → min. 1 voor op de Hardangervidda 2-daagse.
- gaskop (gasflesjes brengen wij mee, zie praktische fiche), gamel & eetgerei
- drinkbus of camel bag
- toiletgerief
- zaklamp/petzl
- handdoeken (evt. sneldrogend)
- zwemgerief
- handschoenen, sjaal/boeuf, muts (vooral voor op de gletsjer)

- Handige tips:

- Indien je niet alles zomaar thuis hebt liggen, ga altijd eerst eens horen bij familie of vrienden of je niets kan lenen (zo kan je jezelf extra kosten besparen).
- Bij onze partner in Zonhoven (www.verreweg.be) kan je materiaal huren tegen vrij schappelijke prijzen. Zo hoef je ook niets nieuw aan te kopen.
- Indien je toch bepaalde zaken wil aankopen, krijg je op vertoon van je bestelbon 15% korting bij de Zwerver in Herentals.

