

## Checklist Expeditie Noord

Het is zomer in Noorwegen, en dat geeft meestal vrij aangename temperaturen. Toch moet je je goed voorzien qua kledij en voorbereid zijn op wisselvallig weer; het Scandinavisch spreekwoord zegt: "Slecht weer bestaat niet, enkel slechte kledij." Jullie slapen in jullie tent, dus degelijk materiaal is belangrijk en warme kledij (ook voor 's nachts) kan goed van pas komen. Hieronder een lijstje van dingen die niet mogen ontbreken:

- **rugzak 55-70 liter** en een **kleine dag-rugzak** (als handbagage) + **regenhoes!**
  - **kampeergerief**: waterdichte tent, matje, slaapzak (tot -5°C)
  - best **één setje merinowollen ondergoed** (evt. als pyjama of tijdens het raften) of thermisch ondergoed
  - **ingelopen stapschoenen (hoge (boven de enkel) voor stijgers gletsjer!)**
  - **wollen wandelsokken** (een aantal paren)
  - **reserveschoeisel** (sneakers/loopschoenen/slippers (na de proeven))
  - je kleedt je best in **'laagjes'**: T-shirt (evt. ook icebreaker/merinowol) – warm (fleece) jasje, vest of trui – **regenjas (waterdicht!)**; zo ben je flexibel voor elk weertype en kan je snel 'switchen' (zakjes om kledij apart in te stoppen, in geval je rugzak nat wordt)
  - sportieve en gemakkelijke kledij
  - **basic EHBO kitje** voor blaren & evt. muggenwerend middel, ontsmettingsmiddel, ...
  - vrijblijvend: trekkersmaaltijden/droogvoeding, energiebars, snacks ... (we passeren genoeg supermarkten om voorraad in te slaan ook met de groep!)
  - **gaskop** (op bestelling via gidsen), **gamel & eetgerei** (beker, bestek, bord, potje(s))
  - **drinkbus of camel bag** (water door ons of in rivier: chloortabletten kunnen handig zijn)
  - touw (wasdraad), waterproof lucifers, zakmes
  - toiletgerief, ecologisch toiletpapier, ecologische zeep (Decathlon, AS Adventure)
  - zaklamp/petzl
  - handdoeken (sneldrogend), zwemgerief
  - GSM, oplader, powerbank, fototoestel, ... (evt. waterdichte hoesjes hiervoor)
  - handschoenen, sjaal/boeuf, muts (tijdens gletsjer, op Trolltunga, ...)
- Handige tips:
    - Je gaat zelf zo ver als je wil wat betreft kwaliteit/kwantiteit van outdoor gerief, maar probeer toch zo licht mogelijk te pakken en geen onnodige dingen mee te zeulen.
    - 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).
    - Indien je toch bepaalde zaken wil aankopen, vind je bij Decathlon alles aan zeer schappelijke prijzen (zie paklijst Decathlon).
    - Zwerver Herentals/Verreweg Zonhoven (meer gespecialiseerde zaken) zijn natuurlijk ook heel goed/beter, indien je zeker weet dat je dit soort zaken niet slechts 1x gaat doen in je leven.

