

Utrustningslista för Barras 2015

Jan-Erik Ekberg

2015-06-14

1 Allmänt om packning

Det är viktigt att du har med allt nödvändigt men också tänker på att minimera vikten. Då du vandrar med packning på ryggen i en vecka har redan en extra vikt på några hundra gram betydelse. Ta därför med all obligatorisk utrustning, men inget som inte är med på listan om du inte har en bra orsak att göra det. Det är också en bra idé att märka dina grejor. Tänk också på att åtminstone hälften av ryggsäckens vikt kommer att bestå av "gemensam utrustning" såsom tält, mat, gas o.s.v. – inte bara de egna kläderna kommer att tynga på ryggen, och kom ihåg att dessa gemensamma produkter också skall få plats inne i ryggsäcken.

Nybyggarna har långa traditioner ifråga om vandringskultur - och en stor del av den information som presenteras här är tappad ur den kunskap som inom kåren har vuxit fram under årtiondens lopp. Det mesta är detaljer som en 'gammal' lapplandsresenär uppfattar som helt självklara, men som kan vara till nytta för nya förmågor. En del är också 'mutu'-information där sanningen inte alltid är så självklar - någon annan kan vara av helt motsatt åsikt med en helt förständig motivering. Läs, ta intryck och kritisera - jag hoppas att du har någon nytta av dessa rader.

'Varför beröva sig utbytet av den långa vandringen in i ödemarken? Helt upplever vi fjällen - liksom naturen överhuvudtaget - blott under egen möda. – Dag Hammarskjöld
--

2 Skorna och fötterna

De flesta av oss rör sig egentligen väldigt litet till fots - vi tar oss hellre (snabbare) fram med bil, cykel eller buss. Det att vi som kompensation

spelar sähly, skidar, dansar balett eller drar 'kyykky' har ingenting med själva promenerandet att göra, och våra fötter är dessutom 'bortskämnda' med välsittande gymnastik- eller promenadskor. Därför lönar det sig att 'satsa' på sina skodon när man skall ut och vandra så att inte skavsår och vrickade vrister tar ut sin del av vandringsglädjen eller rentav avslutar vandrigen för någons del. En bra vandringsso skall därför i första hand stöda vristen, men dessutom får den gärna vara bekväm och välsittande. Nokias gummistövlar är den klassiska favoriten nummer ett - de stöder - kanske inte lika bra som en riktig sko - och är samtidigt tillräckligt mjuka för att inte skava (alltför mycket). Problemet blir fotsvetten och att klackarna praktiskt taget slits slut under en enda färd. Riktiga vandringskängor av tjockare läder håller bättre, men ger lätt skavsår, och är nästan lika svett-täta som gummistövlar. Vandringskängor av tyg och Gore-Tex är antagligen till sina egenskaper de bästa, och dessutom med god tur ganska förmånliga. Var och en må alltså besluta själv efter vad som finns i skåpet eller i scoutboden, men en sak är klar: att vandra i 'lenkki/korgbollstossor' är som att hoppa fallskärm utan skärm - risken är inte vär att tas!

Förutom skodonen spelar strumpor och fothygien under vandrigen en stor roll. Trots att många säkert klarar sig livet ut med att tvätta fötterna en gång i året så är linjen inte att rekommendera i vandringsammanhang (och kanske inte i en civiliserad omgivning heller). Skinnet håller bäst (och infektionsrisken är minst) om fötterna är rena, torra (önsketänkande), och sitter i ett par bekväma strumpor av lämplig storlek. Skosulor av svettugmodell kan vara bra att använda förutsatt att de vädras/torkas när inte skorna är på fötterna. Och ett par torra pausstrumpor och lätta 'sekundärskor' av tossmodell (t.ex. Croqs eller motsvarande) kan vara sköna att dra på sig EFTER dagens vandringssetapp. De som tänker på seglarskor i dethär avseendet kan prova jämföra vikten mellan ett par seglarskor och ett par gummitossor och sedan tänka om - varje oburet gram är ett bra gram!

Ett bra tips är att förutseende förebygga de förmodligen förekommande skavsåren med förtejpning - tag en rulle skavsårstape med i bastukassen och tejpa hämlarna och stortårna före starten. Litet som tandtvättning - med att använda litet tid i förväg besparar man sig stora bekymmer senare.

3 Ytterkläder

Innan vi faller in den verkliga evighetsdiskussionen - vikten - så några ord om vandringsklädseln. Alla har säkert hört att fjällvädret är oförutsägbart i kubik - en sekund lyser solen, den nästa haglar det. Det som trots allt kanske ännu mer påfallande är att det praktiskt taget alltid blåser, och eftersom man

rör sig då man vandrar så går man i lä och i vind turvis. Därför borde det yttersta kläddraget både andas och vara vindtätt, balansera upp värmeväxlarna och hålla vatten – en omöjlighet i sig, men marknaden är full av olika former av kompromisser.

Dina vandringsbyxor måste absolut vara av 'Fjällräven'-typ, d.v.s. tunna, vindtäta byxor som torkar snabbt (t.o.m. på kroppen) om de blir våta, och inte väger överdrivet mycket. Av exakt samma orsaker är jeans otänkbara som vandringsbyxor. (Redan 1870 var Levi's dåliga att vandra i..). På sommaren skall dina byxor inte vara fodrade, för det blir lätt för varmt – vid kallare temperatur använder du långkalsonger.

Vandringsrocken, som är ett betydligt dyrare plagg kan man sedan spela med enligt principen 'man tar vad man har', men den får inte vara fodrad, den skall vara vindtät, den skall ha tillräckligt långa ärmar (de kavlas upp en hel del då man har packningen på ryggen) och på samma grunder skall den vara tillräckligt lång i midjan. Den får dessutom gärna ha huva, men en hatt kompenserar huvan åtminstone på sommaren. De två vanligaste modellerna på tyrockar är 'jägar'-modellen med dragked (bra för ventilering under själva vandrandet) och den klassiskt använda anoraken med magficka (har oftast bra konstruktion på huvan, så att den lämpar sig även för vinterbruk). Anoraken är dessutom till konstruktionen så enkel att en skicklig mamma med symaskin fixar en sådan på nolltid.

Idén med att använda tunna överdragsplagg är på sommaren (liksom på vintern) den att man fyller på med tunna, värmande klädlager under ytterplagget efter situation och behov. 'Tunnt värmer bäst' - låter kanske fånigt, men faktum är att t.ex. t-skjorta + underskjorta + flanelsskjorta + anorak räcker mer än väl ännu vid temperaturer kring -10 grader (förutsatt att man rör sig) - luftlagren mellan kläderna värmer betydligt bättre än materialet i själva plaggen. Ylltröjan får gärna komma med, men i egenskap av pausklädsel, inte som vandringsdito.

Eftersom de finska somrarna är som Väinö Linna beskriver dem "kauniit, mutta lyhyet" så måste också vi förbereda oss för eventualiteten att det regnar. Typiskt för fjällvädret är regnskurarna, långvarigt regn kommer från låga moln, vilka förhoppningsvis håller sig på låglänta marker. Hursomhelst är lätta, tunna regnkläder (rock + byxor eller poncho + buntar) vilken tid på dygnet som helst att föredra framom oljekäder. Den tjocka regnutrustningen andas inte, vilket gör att man snabbt blir genomvåt av svett då man vandrar. Åtminstone varmt våt, kanske någon vill påstå, men med tanke på att oljetygs-kläderna väger på ryggen också då det inte regnar, så väger nog ändå de lätta regnkläderna tyngst, så att säga. Alternativt kan du ha vandringsrock och byxor med vattentät GoreTex el.dyl, men dessa material, förutom att de kostar en hel del, har nackdelen att de lätt blir för varma /

svettiga då man rör sig i blåsigt sommarväder.

Om regn som piskar på i sidled kan också noteras att sovsäcken (som ju alltså skall vara åtminstone av 3-säsongsmodell i Lappland (klara -5 grader eller hårdare köld) kan vara värd att packa i en extra sopsäck förutom sin normala påse. En sopsäck håller ovillkorligt vatten, och efter en kall och blöt dag kan det kännas skönt att krypa in i en torr (och lätt) sovsäck.

'Landet ligger framför oss, det är vårt - efter måttet av vår förmåga!'
– Dag Hammarskjöld

4 Övrig klädsel

Vi rör oss och övernattar delvis på höga höjder, och temperaturen dagstid kan i teorin falla ned till 2-3 grader. Ta alltså med långkalsonger och "sportunderskjorta", de väger nästan inget, samt en varm fleece/ylletröja, yllehalsduk, handskar (t.ex. fleeevantar) samt yllemössa. Med lite uppmärksamhet med dessa kan du spara upp till 1kg – en klassisk ylletröja och bomullsunderkläder är sköna (och kanske man vill "slösa" lite vikt på det), men faktum är att konstfibrer väger en bråkdel av vad naturmaterial gör för motsvarande värmande effekt.

Tre omgångar underställ (strumpor / kalsonger (underbyxor) / t-skjorta) skall vara tillräckligt för en veckas vandring. På sommaren kan man skölja upp kläder, och de torkar snabbt i blåsten, speciellt om de är gjorda av konstfiber. Däremot behövs knappast extra ytterplagg. Regnbyxor + långkalsonger kan t.ex. tillfälligt ersätta vandringsbyxor som torkar på ryggsäcken. Nästa dags t-skorta och långkalsonger kan säkert också fördelaktigt fungera som pyjamas när man byter om på kvällen.

I princip behöver man endast ett par skor – vandringsskorna. Däremot finns det två orsaker att medta ett par lätta extra skor eller sandaler – vad och att röra sig i kvällslägret. Medtar man ett par springskor som sitter bra på foten kan man vada i dessa istället för att blöta ned sina vandringskängor, men ett alternativt sätt att vada är att tejpa runt fotleden (byxorna fast i vandringsskorna) vilket minskar vattenintaget betydligt, och är ett varmare alternativ i den iskalla fjällfloden. På kvällen är sedan ett par sticksandaler (model Croqs) betydligt mer praktiska än löpskor, för ungefär samma vikt (men man kan i praktiken inte vada i sticksandaler).

5 Vikten

Då ingen uppställning om vandringsutrustning är fullständig utan en diskussion om packningens vikt så följer den här. Enklarest utgår vi från ett praktiskt exempel, men först litet fakta. En människa bär oberoende av kroppsbyggnad ungefär $1/3$ av sin vikt i packning utan att kroppen klagat alltför mycket (Dethär är inte bara en god teori - utan en naturlag!). Konkluderat leder detta till att en stadigare ledarperson kan segla fram med 26 kilo på ryggen, medan ett klenare byggt vandrarfrö kanske borde klara sig på ungefär 14 kg. Då den något runda ledaren oftast bär saker utöver det matlaget i vanliga fall delar på (såsom nödmat, I-hjälpstrustning, kanske en yxa eller lägerbålsmaterial och kamera) så kan vi säkert generellt säga att den 'personliga' packningens vikt ligger kring 20 kg, och vi tar denna tyngd som grund för vårt exempel:

En normal mes (rinka) väger kring 4 kg, det lämnar oss med 16 kg. Av grupputrustningen bär medelscouten kanske 1 liter Sinol eller 1kg gas (15 kg), och om vi adderar tält (4 kg) och mat för ett tältlag på 3 personer för 1 vecka (14 kg) + stormkök (500 g) och delar detta på tre så lämnar detta oss med $(14 - (18.5/3))$ 8 kilo. Vatten måste var och en bära med sig (för eget behov $1/2$ l + matlagningsvatten $1/2$ l) 1 kg, d.v.s. 7 kg återstår. Sovsacken väger 3 kilo (4 kg kvar), liggunderlaget 300 g (uppblåsbart runt 1kg) (3,7 kg), matbestick 200 g (3,5 kg) och regnkläderna i bästa fall 500 g, vilket lämnar var och en med 3 kg för byteskläder, ylletröja, choklad, gymnastiktossor, tvättgrejor, toalettpapper, myggmedel m.m. Prova hur mycket kläderna du bär för tillfället väger. Antagligen ungefär 3 kg.

Alltså, om man inte vill gå på linjen att få kalsongerna att räcka en vecka med att ta ett par extra, använda dem både normalt och sedan ut-och-in, och därefter byta med grannen, så måste man tänka efter MYCKET noga angående VARJE enhet i utrustningen: Har jag någonting lättare, är den här grejen verkligen nödvändig, eller kan jag kanske dela dethär med någon kompis (exempelvis myggmedel eller solkräm). Speciellt pojkar måste antagligen dessutom ändra livsfilosofi och inse att omständigheterna kan tvinga en att tvätta kläder under färden (ett utomordentligt bra tvättmedel är Y3 som fås åtminstone på Stockmann i pulverform i små påsar, och som fungerar riktigt bra även i den iskalla fjällbäcken - antagligen dödar det också alla ekologiska mikro-organismer flera kilometer nedströms så om samvetet sätter emot så välj något annat).

6 Ätbart och matutrustning

När vi ser på viktfordelningen så märker vi att en stor del av packningen består av mat, men tyvärr kan vi inte dra slutsatsen att här är den första punkten att lätta på. Ofta kan det däremot vara värt att satsa 'dedär extra grammen' just här - en karamellpåse eller t.o.m. en apelsin kan smaka nog så gott efter ett par dagar till fjälls - för att inte tala om att ätandet samtidigt lättar på packningen!

Eftersom gruppens mat behandlas skilt, så går jag här endast in på det personliga mat/godis-förrådet. Den klassiska super-mixen är att blanda ihop ungefär lika delar choklad, russin och nötter, och att dela upp blandningen på dagsportioner på 100-150g. Energirikt och ganska gott.

Det går förstås lika bra att ta med komponenterna separat, men då krävs det en nästan övermänsklig resurskontroll ifråga om ransonering under färden.

Matgrejsen kan man också finslipa om man tycker om att planera sin färd. Den som bär trangian kan i vikthänseende lämna bort 'tallriken' och äta direkt ur trangiakärlet, men det är inte nödvändigtvis alltid den bästa lösningen om måltiden består av flera rätter som tillreds sekventiellt (i följd). Att ha en skopa som tallrik (eller mugg) är väldigt behändigt - de är lätta att hålla i, och användbara då vattenflaskorna skall fyllas. De verkligt elitistiska skaffar en 'skopa' av aluminium (företaget Trangia säljer av dessa under produktnamnet 'smörgåslåda') som är betydligt enklare att diska än sina plastmotsvarigheter och kan på hajker användas över öppen eld - detta är egentligen inte fråga om någonting annat än en modern version av försvarsmaktens matbackslock.

Kåsan är traditionellt den naturliga 'scoutmuggen' - hållbar och med decilitermått. Alla Väinämöinen-fans må sedan skaffa sin kåsa i trä som varken är hållbar, lätt, utrustad med decilitermått eller diskvänlig men onekligen i viss mån stilfull. Kåsan och skopan packas sedan i en påse tillsammans med besticken - helst så att inte mesen skramlar som en tjeckisk spårvagn därefter.

Vattenflaskan kan förstås vara av armémotmodell, men eftersom man ändå inte kan vandra med den gungande mellan låren så duger vilken stadigare plast-Coca-Cola-flaska som helst utmärkt. Två halv-liters är lättare att packa i mesens sidofickor, och dessutom bra då man kan fylla den ena med sportdryck och ha den andra som matvatten. Att ha en termos per matlag är alltid motiverat vintertid, men kanske onödigt under sommarhalvåret.

För oss stadsbor som är vana med fiber- och vitaminrik föda så kan chocken då man byter till påsoppor och frystorkad kost samtidigt som man

rör sig betydligt mer än normalt bli ganska stor. I praktiken så märks dethär så att de flesta känner sig trötta eller nedstämda andra eller tredje dagen, litet beroende på en själv. Då kan det vara bra att ha med sig någon påse sportdryck i pulverform (typ Hartsport / Dexal) att blanda i sitt dricksvatten. Pressade fruktsockertabletter har en ungefär motsvarande uppiggande effekt. Om man i övrigt föredrar saft framom vatten, så är det en god ide att ta med sig ett antal C-vitamin - brustabletter, de väger knappt någonting, gör att vattnet smakar ungefär som citronsaft, och består kroppen med C-vitamin, som det annars antagligen blir knappt om.

På tal om tabletter, så är det bra att ha med sig en personlig burk koltabletter - fiberbristen har en laxerande effekt, som kan vara tråkigt och toalettpappersslösande om magen blir alltför lös.

7 Hygien

Hygiengrejorna måste man spara in på för att få vikten att gå ihop. Förutom den obligatoriska (?) tandborsten så kan man börja diskussionen vid tandkrämens nödvändighet, åtminstone som personlig utrustning). En hotelltvål räcker mer än väl för en veckas behov, en näsduk extraknacker bra som ansiktshandduk och schampo har man ändå ingen nytta av i iskallt vatten. Deodoranten och rakdonen lämnas förstås solidariskt i bastukassen (så att alla luktar lika illa och ser lika ovårdade ut). Däremot är myggmedlet bra att ha, och likaså medtar äldre flickor förstås beroende på månläget övrig nödvändig utrustning. Solglasögon, solkräm, mediciner o. dyl måste man förstås ta med om ens ögon / metabolism / utseende kräver det.



8 Onödigheter

Alla faller vi lätt offer för reklamens övertalningsförmåga, så här några varnande ord om vissa artiklar. En mygghatt låter som en bra idé, och ser dessutom professionell ut (Dr. Livingstone, I presume?). Men nu är ju inte våra myggor - någon tillfällig AIDS-infektering till trots - av samma farlighetsskaliber som sina regnskogsgelikar, och hålls i vanliga fall på avstånd med en väl tilltagen myggmedelsinsmörjning. En mygghatt är nämligen praktiskt taget omöjlig att röra sig med i under 15 sekundeters storm p.g.a. att andningsluften inte cirkulerar tillräckligt väl. Och i nämnda väderleksförhållanden är även myggorna som bortblåsta. Kanske ett enkelt litet myggnät som riggas över huvan eller vandringshatten vid lunch och middag kunde åstadkomma samma slutresultat?

En annan hype-artikel är de (själv)uppblåsta liggunderlagen som enligt uppgift smeker ryggen som vilken Futon-madrass som helst. Och säkert är det så ända tills någon skarp sten punkterar madrassen och de sköna drömmarna. För att inte gå in på prisfrågor så kan dessutom konstateras att ifrågavarande madrasser väger en hel del.

Elektronik av alla sorter är per definition onödig vikt på en vandring. Undantagen är förstas GPS och mobiltelefon av säkerhetsskäl, samt kameror. Av de två förstnämnda sorterna tar vi med några lämpliga exemplar centralt, så att den enskilda vandraren kan spara lite vikt med att t.ex. lämna telefonen i bastukassen. Men om du är fotografi-intresserad tar du förstas kameran med i packningen, och som motvikt för denna andliga spis blir du förstas tvungen att lämna bort lite karameller istället.

Och knyttets nya skor var väldigt trånga och kappsäcken var tung och solen sken. När kvällen kom och skuggorna blev långa fanns inte mycket kvar av knyttets ben. Han satte sig på kappsäcken och sa: den är nog ändå rysligt bra att ha. Då flög en vind från havet in med lockande musik, en mumrik spelar på sin flöjt i sömnig sommarvik. Nån kappsäck har han aldrig haft och aldrig trånga skor, han vandrar på den gröna äng där inga sorger bor. Men vem ska trösta knyttet och förklara att en sång är bättre än en kappsäck ifall vägen är för lång.

– Tove Jansson, Vem skall trösta Knyttet

9 Nödvändigheter

Nybyggarhalsduken – do not leave home without it!

Den enkla plastpåsen är något som alltid hittar sitt behov. Under färden skall skräp bäras med i ryggsäcken, vid regn skall persedlar packas torrt, och kanske skall vatten bäras några hundra meter från en bäck till tältet. Ta med en näve plastkassar som du trycker in i botten på någon sidoficka så har du sådana när du behöver.

En annan nödvändighet är toalettpappret. Vi måste göra det i naturen, och renarna har inte rullar runt hornen – om man glömmet pappret eller medtar för lite, så är fjällbjörksblad det enda tillgängliga alternativet. Packa pappret i plaskasse, det suger fukt som en svamp! En liten mängd våtservetter uppbevarat med pappret kan under resan hålla en del bakterier borta från din tallrik och mun.

(Gorilla)tejp och nål och stark sytråd kommer alltid väl till pass om något skall repareras, tätas eller fixas till, såsom mes, skor eller tält. Vi bär säkert en del centralt, men det skadar kanske inte att ta en del gudomligt fäste med sig personligen också. Några meter lina eller band och några bykknipor är också undergörande när kläder skall torkas i stormen.

Om du har någon kronisk sjukdom eller dylikt som kräver medicinering så tar du förstas med den medicin du behöver. Men i dylika fall så måste åtminstone en (1) ledare få veta vad och varför, för säkerhetens skull. I övrigt bär vi centralt en I-hjälpsförpackning med lite febermedicin, kompresser, plåster och stödförband – dessa behöver du inte ta med dessa personligt. Däremot tar alla sitt eget skavsårstejp – den antagliga åtgången motiverar det att vi inte tar detta centralt.

Trots att det verkar historiskt, och i praktiken aldrig behövs, så medtar varenda kotte en kompass, visselpipa, kniv (åtminstone fällkniv) och vattentätt packade tändstickor. Tillsammans med lite mat, vattenflaskan och kartkopiorna vi delar ut är dessa den bästa försäkringen mot t.om. de värsta av olycksituationer.

10 Bastukass

För resorna upp och ner tar man med en “bastukass” med extra omgång kläder, handduk, simkläder, ordentliga toalettartiklar, kanske en bok, samt smörgåsar och annan mat för färden upp (den första varma maten på uppresan är i praktiken middagen dagen efter nattåget). Kom ihåg att du måste bära denna kasse själv mellan tåg, buss och dylikt, och att vi lämnar in den för förvar under vandringen. Ta alltså inte med en enorm kasse (det blir

bara problem med dess uppbevaring), och det lönar sig inte heller att lämna väldigt värdefulla kläder, skor, eller annat i den.

'Den estetiska upplevelsen av ett landskap, serverat på bricka på en hotellveranda eller under en dagsutfärd med flyg, förbleknar snabbt och väger lätt vid sidan av den bild man vinner när den erövrats steg för steg. Hur annorlunda är det inte att själv lösa orienteringsproblemen, trotsa busvädret, klara vaden, finna den rätta lägerplatsen.'
– Dag Hammarskjöld, Från Sarek till Haväng

11 Pengar

Att ha onödigt mycket pengar på fel ställe är allmänt sett dumt, och på denna resa finns det inte många ställen där pengar kan användas. Du kan medta lite fickpengar om du vill ha läsk, kaffe eller dylikt på tågresorna eller efter bastun på turiststationen, men vi kommer inte att möta många butiker eller turistfällor under vår färd. Bastun och en varm måltid under hemfärden ingår i vandringens pris.

12 Gemensam utrustning

Vi vandrar i tätlag på (i regel) 3 personer. Detta lag bär med sig ett tält, ett sprit/gaskök med bränsle och kanske typ 8-12 kg mat. Denna utrustning tar en hel del utrymme (ponera att en vecka betyder ca 3 stora knäckebrödspaket) och vikt (ca 5-6kg) och vi delar ut störst delen av detta först på tågresan upp. Av detta kan endast tältet bäras utanpå mesen (då behövs remmar), så kom ihåg att kolla att det finns MYCKET tomt utrymme i din mes när du packat färdigt dina egna saker – det tillkommer en hel del utöver det. Den som bär spritköket tar lämpligtvis med sin hajkbricka för matlagning, köksunderlag och vindskydd. Inom tätlaget kan ni också komma överens om att medta spelkort, rutpapper, frisbee eller annat smått och framförallt lätt som duger som underhållning om det skulle råka bli någon "fritid". Hela gruppens gemensamma utrustning bärs av ledarna.

13 Packningen, och dess tyngdpunkt

Förutom vad vi släpar med oss så har också HUR vi gör det stor betydelse. Till att börja med, så skall alla saker rymmas i ryggsäcken – man kan inte gå en vandring med packning i händerna. Därutöver, rent estetiskt så ser

det bättre ut om alla saker är inne i mesen och inte hänger utanpå dinglande i Valintatalos 60 cents självförstörande eko-plastkassar. Därutöver är mesen bättre i balans om alla ens ägodelar är väl fastsurrade i den. Enligt gängse packningsteori borde mesen sommartid packas så att de tyngsta attiraljerna (tyngdpunkten) ligger ungefär på axelnivå och så nära mesens bakplan (ryggen) som möjligt för att den skall kännas lätt (vintertid måste man sänka på tyngdpunkten för att bättre hålla balansen i skidandet). Utrustningen borde också placeras så att sådant som behövs ofta (på dagen) finns i sidofickor eller överst i de större facken. Den erfarna packaren placerar all gemensam mat i en plastpåse och packar den tillsammans med bestick och skopa överst i rinkan sida vid sida med regnkädrarna. Lösningen placerar automatiskt tyngdpunkten högt, och då får man snabbt fram maten + besticken på lunchpausen, och regnkläderna då ösregnet sätter i. Vattenflaskor och speciellt sinol-flaskor måste placeras i sidofickorna så att ingenting drastiskt sker om någon av dem börjar läcka (vattenflaskan behöver man dessutom ofta). Det är inte värt att lita på att mesen håller vatten – packa alla kläder och också all annan utrustning i plastkassar eller vattentäta påsar – de är enkla att dra ut och skuffa in varje gång vi stannar.

Om mesens modell ännu så mycket att INGEN får komma på vandring utan avbärarbälte - men knappast finns modeller utan bälte mera ens till salu.

14 Personligt: (sammanlagt, även det man har på sig i början)

1. 1 scouthalsduk
2. 3 omgångar underkläder + strumpor + “t-skjortor”
3. 1 par långa kalsonger + skjorta (sportställ)
4. 1 flanellskjorta eller motsvarande långärmat
5. 1 vindtät rock + mössa om inte rocken har huva
6. vandringsbyxor
7. 2 par yllesockor (för vandringssockorna)
8. 2 par sulor
9. 1 par vandrings skor

10. 1 ylletröja / fleece (medeltjock)
11. 1 yllemössa + vantar + halsduk
12. regnkläder eller annat sätt att skydda sig mot regn, även benen
13. (1 par 'kvälls'-skor)
14. liggunderlag
15. sovsäck
16. ryggsäck
17. matkärl + mugg + bestick
18. vattenflaska, 1 liter
19. kalltvättmedel, någon påse
20. kompass, visselpipa, tändstickor
21. hygienartiklar: tandborste, -kräm, myggmedel, skavsårstape, solglasögon, solkräm(?)
22. choklad-russin-nötter, sockertabletter, C-vitamin
23. penna + papper
24. kniv (fällkniv räcker)
25. toalettpapper
26. sygrejor, tejp (möjligtvis 1/grupp)
27. kamera, kikare (för entusiaster)
28. 6 extra plastpåsar