



UTSTYRSLISTE

FOR SPEIDERE OG PATRULJER PÅ HAIK

Ha på deg på kroppen	Trøye (T-skjorte eller ulltrøye)	
	Skjorte/ tynn genser	
	Bukse	
	Ullsokker	
	Turstøvler	
	Vindtett jakke	
I sekken	Sovepose	
	Liggeunderlag	
	Tørt skift inkludert sokker	
	Regntøy	
	Tykk genser	
	Lue (også bra på hodet om natta)	
	Tannbørste, tannkrem, såpe	
	Bind/tampong og våtserviett om du trenger	
	Lommelykt	
	Kniv	
	Tallerken, kopp og bestikk	
	Brødmat til 3 måltider – smøres på leiren	
	Real turmat – deles ut på leiren (middag)	
	Termos med varmt vann, 0,5 l til middagen	
Fellesutstyr	Haikemappe - deles ut på leiren	
	Kompass (eventuelt GPS i tillegg)	
	Mobil til PF og ASS (ingen andre har mobil på haiken)	
	Powerbank til mobil	
	Refleksvest (PF har på vest ved bilvei)	
	Telt/hengekøye/haikeduk (hengekøye ikke egnet på enkelte ruter)	
	Stenger til haikeduk	
	Kartmappe	
	Dopapir	
	Hundeposer (til dopapir)	
	Håndsprit	
	Myggmiddel	
	Solkrem	
	Felles førstehjelpsutstyr	Plaster og gnagsårplaster
Saks		
Sikkerhetsnåler		
Enkeltmannspakke		
Gasbind		
Hefteplaster		
Sårsalve		
Sportstape		
Sårvaskere eller pyrisept og tupfere (bomull)		

