

# Sjekkliste overnatting

## KLÆR

- Skalljakke/boblejake
- Turbukse/utebukse
- Ullgenser
- Fleece genser
- Ullundertøy
- Ullsokker
- Ekstra sokker
- Lue/hals/votter
- Tursko
- Sandaler
- Fotpose
- Ekstra skift

## DIVERSE

- Kart/kompass
- Kamera
- Nødlader
- Førstehjelpsskrin
- Opptenning/fyrstikker
- Turkniv/øks/sag
- Hodelykt/lanterne
- Gaffateip/tau
- 
- 

## UTSTYR

- Turkjøken/brenner/brensel
- Kjeler +++
- Tallerk/kopp/bestikk
- Oppbevarings bokser/pose
- Sekk
- Telt/hengekøye
- Liggeunderlag
- Sovepose
- Tarp/jervenduk

## MAT + VANN

- Mat
- 2 liter vann
- Vann til drikke
- Kaffe
- Snacks
- 

## HYGIENE

- Antibac/såpe
- Tannkost/tannkrem
- Toalettpapir
- Liten spade
- Sjøppelpose
- 



# Sjekkliste dagstur

## KLÆR

- Skalljakke/boblejake
- Turbukse/utebukse
- Regntøy
- Ullgenser
- Fleece genser
- Ullundertøy
- Ekstra sokker
- Lue/hals/votter
- Tursko
- Ekstra skift
- 
- 

## DIVERSE

- Kart/kompass
- Kamera
- Nødlader
- Førstehjelpsskrin
- Opptenning/fyrstikker
- Turkniv/øks/sag
- Gaffateip/tau
- 
- 
- 

## UTSTYR

- Turkjøken/brenner
- Kjeler +++
- Tallerk/kopp/bestikk
- Oppbevarings bokser/pose
- Sekk
- Hengekøye
- Tarp
- Ved
- Turstol/sitteunderlag

## MAT + VANN

- Mat
- 1-2 liter vann
- Vann til drikke
- Kaffe
- Snacks
- 

## HYGIENE

- Antibac
- Toalettpapir
- Liten spade
- Sjøppelpose
- 

