

UTRUSTNINGSLISTA

(för cykelhajk)



| | |
|---|--|
| Ha på sig | |
| Cykelhjälm (<i>obligatorisk</i>) | |
| Scoutskjorta , kårhalsduk och sölja | |
| Oömma och bekväma byxor | |
| Vindtät jacka (<i>regnjacka</i>) | |
| Reflexväst (<i>gul</i>) | |
| Bra skor att cykla i | |
| | |
| Cykelväskor | |
| Sovsäck | |
| Liggunderlag | |
| Nattkläder | |
| Underkläder, strumpor, extra strumpor | |
| Långbyxor | |
| Shorts (<i>beroende på årstid</i>) | |
| T-shirt | |
| Varm tröja | |
| Regnkläder | |
| Långkalsonger | |
| Toaletsaker, handduk, ev medicin | |
| Handskar | |
| Mössa | |
| Matsaker i påse: djup plasttallrik, kåsa/mugg, bestick, diskhandduk | |
| Toapapper | |
| Pannlampa / ficklampa | |
| Kniv (nedpackad under cyklingen) | |
| Tändstickor | |
| 1,5 liter vatten | |
| Hajkbricka | |
| Plåster och 1:a förband | |
| Kamera | |
| Cykellagningsset | |
| Extra plats för gemensam utrustning | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

Om man använder packpåsar, för de olika plaggen gör det mycket lättare och snabbare att hitta i väskorna. Om du tar mediciner ha dem lättåtkomligt och berätta för dina ledare och patrullkompisar var du lagt dem så de kan hjälpa dig om det behövs.

Detta är tips på vad man kan ha med sig. Gör egna tillägg om ni saknar något på listan.