Packa rätt till vandringen[1]

Hur stor ryggsäck du behöver och vad du ska packa med dig på vandringen beror på vilken typ av vandring du ska ägna dig åt – exempelvis om du ska på dagstur eller flerdagars vandring med övernattning. Oavsett typ av vandring är det viktigt att anpassa din packning efter vädret, terrängen, din erfarenhet och kunskap om området samt eventuella personliga behov. Packa alltid smart och säkert för ditt äventyr.

1. Dagstur

När du är i väg över dagen klarar du dig med en ryggsäck som rymmer mellan 20 och 30 liter. Då får du plats med viktigaste – vatten, mat, kläder och ett förstahjälpen sats. Ladda med en varm måltid i mattermosen eller ek rejäl smörgås så slipper du bära med dig matlagningsutrustning som både väger och tar plats i ryggsäcken

- Ryggsäck 20–30 liter
- Vattenflaska eller vätskesystem
- Mat
- Första hjälpen sats
- Karta, kompass eller GPS
- Övrigt: regnskydd till ryggsäck, kniv eller multiverktyg.

2. Övernattning med tält

När du ska i väg på flerdagsvandring med övernattning i tält krävs både mer planering och mer packning än till dagsturen. Utgå från packningslistan för dagstur men addera nedanstående punkter.

- Ryggsäck 50–70 liter
- Tält
- Sovsäck och liggunderlag
- Matlagnings- och serveringsutrustning, kök, bränsle, tändstål eller tändstickor, tallrik, bestick och kåsa
- Pannlampa och extra batterier
- Toalettartiklar
- Övrigt: vattenrening (om du inte har tillgång till rent vatten på annat sätt).

[1] Outnorth

3. Övernattning i stuga

Att sova i stuga under vandringen är både bekvämt och smidigt. Du behöver inte bär med dig ett tält och har i vissa stugor till både el och vatten. Det är dock viktigt att kolla upp vad som finns att tillgå i just den stugan som du ska bo i och vad du själv behöver ta med dig innan du åker hemifrån. Utgå från packningslistan för dagstur men addera nedanstående punkter.

- Ryggsäck: 30–40 liter
- Sovsäck eller lakan (kolla vad som gäller för just den stugan som du ska bo i).
- Matlagnings- och serveringsutrustning: Matlagning kan helt eller delvis utföras i stugan (kolla vad som gäller för just den stugan som du ska bo i).
- Pannlampa och extra batterier
- Toalettartiklar
- Övrigt: Eventuellt vattenrening, tändstickor, ljus och tofflor.

4. Packa rätt

Packa ryggsäcken smart så blir det behagligare att bär samtidigt som du har enkel tillgång det du behöver under tiden du vandrar.

- I botten: stora saker som du inte använder under vandringen (sovsäck, liggunderlag, extrakläder)
- Mot ryggen: Vattenblåsa och andra tunga saker (kök, mat)
- Längs upp: lätta, ömtåliga saker och sådant som du behöver snabb tillgång till (jacka, förstahjälpen)
- I sidfickor eller axelremsfickorna: Vattenflaska och annat du vill ha lättillgängligt
- I höftremsfickorna: energibars, solglasögon, mobiltelefon eller kamera
- Utanpå ryggsäcken: så lite som möjligt (vandringsstavar, isyxa, liggunderlag i cellplast.

Tips! Packa i färgglada och vattentäta packpåsar för att hålla din packning torr och för att enkelt hitta det du letar efter.