

Let op dat alles is verpakt in waterdichte zakken.

Rugzak min. 60 L

- Bergschoenen (Waterdicht categorie C)
- Ademende regenjas
- Ademende regenbroek
- Functionele outdoorkleding (thermische onderkleding, isolatielaag en buitenlaag)
- Persoonlijke EHBO-set en toiletartikelen in stevige tas of doos (inclusief persoonlijke medicatie)
- Telefoon (opgeladen)
- Kompas (indien in bezit)
- Kaarthoekmeter, pen/potlood, notitieblokje (indien in bezit)
- Hoofdlampje inclusief reservebatterijen
- Zonnebril voor hooggebergte
- Muts over de oren en liefst met windstopper
- Buff o.i.d. voor hals en gezichtsbedekking
- Pet
- Handschoenen (aangepast aan omstandigheden dus goede isolatie, waterdicht en ademend)
- Reserve handschoenen
- Zakmes, eventueel multitool
- Fluit
- Verrekijkertje (indien gewenst)
- Fototoestel
- Zonnebrandcrème en lippencrème voor hooggebergte
- Drinkfles / thermosfles min. 1L inhoud
- Slaapzak
- Slaapmatje
- Tent (voorkeur per 2 personen 1 tent)
- Brander en pannetje
- Beker/mok en plastic lepel
- Tochtensnacks
- Tochteneten
- Persoonlijke waardepapieren (paspoort, zorgpas, NKBV lidmaatschap en bergsportverzekering, etc.)

Aanvullend:

- Wandelstokken
- Gaiters of gamachen
- Reservekleding
- Literatuur (indien gewenst, let wel op het gewicht. Je moet dit allemaal meedragen)