

A hátizsák rendje

Egynapos, nem technikai túrához. A listát az időjáráshoz, útvonalhoz és a résztvevőkhöz igazítsd.

Útvonal / időjárás / különleges igény:

Tájékozódás és segítség

- ☐ Papírtérkép, iránytű, papír útiterv
- ☐ Feltöltött telefon, szükség szerint külső akkumulátor
- ☐ Külön fejlámpa vagy lámpa, tartalék energia
- ☐ Elsősegélycsomag, személyes gyógyszer
- ☐ Síp és szükséghelyzeti takaró

Étel, ital, rend

- ☐ Ellenőrzött ivóvíz, jól záródó kulacs
- ☐ Tervezett elemőzsia és tartalék
- ☐ Tiszta kézhez szükséges eszköz
- ☐ Zárható zacskó a hulladéknak és használt higiéniai holmiknak

Pakolás és próba

- ☐ A nehezebb tárgyak legyenek közel a háthoz; a zsák ne húzzon félre.
- ☐ A víz, esőruha, térkép és elsősegély gyorsan elérhető helyre kerüljön.
- ☐ A nedvességre érzékeny holmit külön védj; ne lógjon szabadon felszerelés.
- ☐ Vedd fel és igazítsd magadra a zsákot. Sétálj vele, lépj fel néhány lépcsőre.

Saját kiegészítés:

Ruházat és védelem

- ☐ Bevált cipő, megfelelő zokni
- ☐ Melegítő réteg és esővédelem
- ☐ Időjáráshoz illő fejfedő és napvédelem
- ☐ Szükséges váltóruha, száraz csomagolás

Családi kiegészítés

- ☐ Gyereknek is elérhető ital és elemőzsia
- ☐ Méretéhez illő rétegek, váltózokni
- ☐ Személyes szükségletekhez tartozó holmik
- ☐ A felnőttél a nélkülözhetetlen közös felszerelés

A közös felszerelés gazdái

KÖZÖS HOLMI	KINÉL LESZ?
Térkép és útiterv	
Elsősegély és tartalék lámpa	
Családi kiegészítések	