

## Utstyrliste Friluftsliv Hav & Fjell

For å kunne ha det fint på tur er man avhengig av litt klær og utstyr. Husk at det ikke er nødvendig å kjøpe nytt! Lån av andre eller kjøp brukt på Finn.no eller i ulike facebookgrupper. Brukte ting gjør samme nytten som helt nytt. Sportoutlet har mye rimelig og bra hvis du må kjøpe nytt.

### Må ha:

- Dagstursekk 30–40L. Denne bør ikke være for liten. Til ekstra klær, mat og drikke når vi er på dagsturer. Dette er den sekken du kommer til å bruke daglig på linjetur.
- Sovepose. Bør tåle ned mot -5 grader
- Liggeunderlag, ikke for tynt
- Regnjakke/bukse, eventuelt allværsjakke + bukse
- Turbukse
- Fleecejakke eler tjukk ullgenser
- Ullundertøy genser/bukse x 2
- Lue - Fint med flere: tykk/tynn eventuelt vindtett
- Hals/buff
- Ullvotter
- Vindvotter
- Dunjakke/varmejakke. Fint pauseplagg på tur spesielt om vinteren. Trenger ikke være dyr!
- Ullsokker i forskjellige tykkelser
- Solbriller
- Spisesett; tallerken og bestikk, kopp
- Termos
- Drikkeflaske
- Hodelykt
- Litt førstehjelpsutstyr; plaster, compeed, sportstape, paracet o.l
- Kniv

### Padlebekledning:

- Tørrdrakt
- 2-3 vanntette pakkposer til sovepose og tørre klær
- Neoprenhansker og sko tilpasset bruk i kajakk

- Ved kjøp av sko, tenk på at du skal ha plass til tjukke ullsokker og tørrdrakt oppi. Vi padler til alle årstider og det å være kledd for vanntemperaturen er viktig for sikkerheten.
- Skolens kajaker er tilgjengelig for dere hele året. Nye elever ved Bømlo Folkehøgskule får en god pakkepris ved kjøp av tørrdrakt, padlesko og neoprenhansker hos westsystem.no som tilbyr rimelig og god padlebekledning. Ta kontakt med friluftslivlærer Øyvind for mer informasjon.

### **Skiutstyr:**

Vi skal reise på flere skiturer, både fjellturer, langs oppkjørte løyper og i alpinanlegg.

- Langrennsski, støvler og staver
- Alpinski/snowboard hvis du har

### **Kan være nyttig:**

- Regntrekk til ryggsekk
- Gummistøvler, det er til tider vått på Bømlo
- Ullboxer, ull bh
- Vanter/hansker
- Kikkert
- Hengekøye

### **Ta gjerne med hvis du har:**

- Klatreutstyr
- Telt
- Fiskeutstyr
- Annet friluftsutstyr

Friluftslivslinja sitt fellesutstyr, som kajakutstyr, telt og kokeutstyr etc., er tilgjengelig for bruk på fritida om du ønsker det.

**Pakk det du må og ikke mer 😊**