

UTRUSTNINGSLISTA

Fso - storläger 6.8-9.8.2019

- ❖ kompass, emit, kartfodral, (tejp)
 - ❖ vattenflaska
 - ❖ orienteringskläder, blus, byxor, strumpor (6 träningar)
 - ❖ orienteringsskor
 - ❖ löpskor för sprinten
 - ❖ utekläder (överdragskläder) varmt och vattentätt enligt väder
 - ❖ väska för träningarna (liten ryggsäck el dyl)
 - ❖ röd färgpenna, anteckningsmaterial
-
- ❖ solkräm, keps, myggmedel
 - ❖ lite eget mellanmål (Ex: banan, myslstång...)
 - ❖ litet fickpengar (vi besöker butiken en gång under lägret om man vill inhandla lite mera mellanmål eller dylikt...)
-
- ❖ övriga kläder, inne & ute
 - ❖ inneskor kan vara trevligt, eller varma sockor
 - ❖ sovsäck och liggunderlag/madrass (dyna)
 - ❖ En pump om du har uppblåsningsbar madrass
 - ❖ nattkläder
 - ❖ sovdjur / mjukisdjur
 - ❖ handduk
 - ❖ simkläder
 - ❖ toaletsaker (tandborste, kam, hygienprodukter, plåster)
 - ❖ personliga mediciner (vid behov, även instruktioner för dosering)
 - ❖ laddare till din telefon
 - ❖ tomma plastpåsar är alltid bra
-
- ❖ gott lägerhumör :-)



Obs – det här är ett förslag. Tänk själv då du packar!