

Útbúnaðarlisti VIÐMIÐ

ATH. Skólinn leggur til tjöld, klifurbúnað, hjálma og eldunarbúnað. Gott er þó að koma sér upp sínum eldunarbúnaði smám saman. Annan búnað fyrir ferðir þurfa nemendur að eiga eða útvega sér fyrir ferðir (kaupa, fá leigt, eða lánað).

Fleiri atriði geta bæst við listann sem gott getur verið að hafa meðferðis en gæta skal þó hófs varðandi magn á búnaði.

Fatnaður:

- Innsta lag - Langermabolur og síðbrók úr ull eða gerviefnum (ekki bómull)
- Millilag - Úr ull, flís eða sambærilegu efni (ekki bómull)
- Göngu - eða flísbuxur (ekki galla- eða bómullarbuxur).
- Ysta lag – stakkur og buxur úr vatns og vindheldu öndunarefni, Gore tex eða sambærilegt.
- 2 Góðar húfur, buff og lambhúshetta. Athugið að húfur með dúsk henta ekki undir hjálma
- Vettlingar, bæði þunnir og þykkir. Vatnsheldir vettlingar eru kostur.
- Göngu- og eða ullarsokkar með minnst 50% ull.
- Hlýr auka jakki (eða þykk peysa) til að hafa í bakpokanum. Á haustin og veturna henta þunnar primaloft- eða dúnúlpur vel, en í vetrarferðum getur létt þykkri dúnúlpa hentað betur.
- Góðir millistífir gönguskór eru nauðsyn (vatnsheldir, með grófum sóla og góðum ökklastuðningi). Alstífir gönguskór eru möguleiki.
- Vaðskór (gamli strigaskór geta gengið sem vaðskór)

Búnaður:

- Bakpoki 45 L gengur í flestar ferðirnar, en getur verið gott að hafa aðgang að öðrum stærri bakpoka fyrir lengri ferðir.
- Svefnpoki, léttur og hlýr, þarf að þola mínus 5°- mínus 10°C
- Þunn, einangrandi 4 árstíða dýna (göngudýna)
- Áfyllanleg vatnsflaska 1 L
- Hitabrúsi (nauðsynlegt í vetrarferðum)
- Höfuðljós
- Vasahnífur
- Áttaviti
- GPS tæki er kostur ef menn eiga eða geta fengið lánað.
- Farsími
- Persónlegt sjúkra-kit

- Göngustafir (Ef menn vilja eða eru vanir að nota göngustafi)
- Legghlífur (góðar í snjó að vetri til)
- Skíðagleraugu (vetrarferðir)
- Sólgleraugu með góðri UV vörn (nauðsynleg í björtum vetrarferðum)
- Sólarvörn (nauðsynleg í björtum vetrarferðum)

Snyrtivörur/sjúkravörur

- Salernispappír (eldfæri, litlir plastpokar)
- Handspritt/sóttthreinsigel
- Tannbursti
- Tannkrem – lítil eining
- Lítið handklæði / þvottapoki
- Hælsærisplástur / plástur
- Skæri (eru oft í vasahnífum)
- Verkjalyf
- Varasalvi
- (Eyrnatappar)

Dæmi um nesti:

- Staðgóður kvöldmatur / sameiginleg innkaup
- Súkkulaði, hnetur, þurrkaðir ávextir, orkustykki o.fl.
- Núðlur eða pasta í pokum
- Flatkökur (smurðar, orkuríkt álegg)
- Þétt brauð (smurt, orkuríkt álegg)
- Hrökkbrauð
- Kex
- Þurrdjús /orkurdrykkur
- Kakóbréf
- Te / kaffi

Ýmislegt

- Eldfæri
- Myndavél / rafhlöður
- Lausan pening
- Spotti / viðgerðasett
- Skóreimar
-