

DE HIKE VAN JE LEVEN PAKLIJST



ALGEMEEN

- Rugzak +/- 40 Liter
- Slaapzak
- Hoofdlamp
- Paspoort of ID
- Gegevens van je verzekering
- Contant geld voor een drankje in de hut

HIKE KLEDING

- Bergschoenen
- Sport ondergoed / sport BH
- 2 Paar wandelsokken
- 1 Korte broek of legging
- 1 Lange broek of legging (kan ook een afritsbroek zijn)
- 2 Sneldrogende T-shirts
- 1 Fleece vest
- 1 Regenbroek
- 1 Regenjas
- Pet of hoed
- Eventueel zonnebril

VOOR IN DE HUT

- Sandalen of slippers
- Ondergoed / thermo-ondergoed
- 1 Paar Sokken
- 1 Fijne broek of legging
- 1 T-shirt
- 1 Trui
- Microvezel handdoek (klein en sneldrogend)
- Eventueel een down jacket (is lekker warm!)
- Eventueel (opblaas)kussen en kussensloop
- Eventueel een notitieboek / boek / spelletje

TOILETTAS

- Tandborstel
- Tandpasta
- Zonnebrand factor 30 of 50
- Lippenbalsem
- Oordoppen
- Klein flesje natuurlijk afbreekbare zeep
- Blarenpleisters
- 1 Rol WC-Papier
- Maandverband / tampons / menstruatiecup

ETEN EN DRINKEN

- 2 Waterflessen van totaal 2 Liter
- Lepel
- Eventueel extra energierepen / gedroogd fruit en noten / chocolade