



Lista stvari - Norveška, s pohodnimi smučmi

Lista stvari, ki jih je priporočljivo vzeti s seboj na Norveško, pohod s smučm

Osnovna smučarska oprema:

- pohodne tekaške BC smuči - širine vsaj 50 - 60 mm, kovinski robniki; (do 8-10 parov smuči je na voljo!)
- ustrezni BC smučarski čevlji (visoki, topli); (nekaj 8 parov je na voljo!)
- dovolj visoke palice (močne, z velikimi krpljicami);
- gamaše, lahke in nižje;
- nahrbtnik v velikosti med 35 in 45 litri.

Opomba: Za smuči in čevlje lahko organiziramo izposajo!

Ostala oprema (čim lažja in čim manjša!):

- Spalna vreča, puh, ranga komfort - 0 do 5 st. C, vsaj 300 do 500 gr kvalitetnega puha in ležalna podloga (armaflex ali ultra lahek term-a-rest) - če bi v primeru slabega vremena bili prisiljeni bivakirati;
- zimske pohodne ali turne hlače, plus za ženske tanke dolge spodnje hlače in vetrne (gore-tex) hlače;
- 2 kosa spodnjih hlač (športno perilo);
- tanka majica dolgi rokav (zelo priporočam perilo iz merino volne) in debela majica dolg rokav (tanek polartec ali merino volna) in tanka rezervna majica za spanje;
- lahka dihajoča vetrovka in tanjša bunda - najboljša je iz umetnega polnila in NE puha;
- tekaške rokavice in tanjše rokavice, ki ščitijo pred vetrom in rezervne tanke rokavice (če se prve izgubijo);
- 2 para nogavic, ustrezne za hojo in dodaten par za hojo po koči ali zelo priporočljivi lahki puhasti copati;
- minimalni toaletni pribor (zobna ščetka, ultra lahke britvice (če?), bio-tekočo milo);
- sončna očala (dodatna velika smučarska očala - gugli), mazilo za ustnice in krema za sonce;
- kapa (ne predebela) in tanka podkapa ali posebni šal/trak - buff;
- vosek (maža za smuči) in osnovni kit za popravilo smučarske opreme;
- minimalna prva pomoč, manjša čelna svetilka;
- termos steklenica (1 liter);
- potni list ali osebna izkaznica, kreditna kartica (Maestro/Visa), BA kartica, nekaj malega norveških kron.

Opozorilo: Vsa skupna oprema in hrana (za bivakiranje, za začetek potovanja) se razdeli med vse udeležence enakovredno, brez olajšave za dekleta. Zato naj bo osebna oprema res lahka in čim manjša. Če nas preseneti veter, ki lahko prode preko 120 km/h in močan droben, oster sneg, si bomo naredili snežno luknjo ali snežni bivak.

Za celotno skupino bomo imeli: nekaj bivak vreč (po želji ima lahko vsak svojo osebno bivak vrečo), 2 x snežna lopata, 1 x lavinska sonda, lahek kuhalnik, lahka posoda (to preskrbimo mi).

Za na pot bo obvezno treba imeti urejeno turistično zdravstveno nezgodno zavarovanje (Coriss ali podobno), z dodatnim reševanjem z gora, kar vam lahko uredimo mi!

In obvezno pusti doma predsodke, slabo voljo, tečne partnerje, uhane, zlate ogrlice, dragocene ure, lepe čevljice, hlače zlikane na rob in ostale nepomembne reči. Ne pozabi pa na kup dobre volje in jeklene živce!

Shappa