

Sjekkliste Lag 2018

Sjekklisten for lag har tre lister, en liste med personlig utstyr som hver enkelt deltager på laget må ha i sin pulk til enhver tid, en liste som hver deltager i tillegg til egen pulk må ha på seg/med på start. Og en liste med lagutstyr som skal fordeles innad i laget. Denne lista er for din egen og lagets sikkerhet.

- Alt utstyr på listene må være i forsvarlig teknisk stand.
- Alt utstyret må pakkes i pulk.

Hva må hver deltager på laget ha i pulken ved innsjekk?

- ✓ 1 stk ullundertøy, overdel
- ✓ 1 stk ullundertøy, underdel
- ✓ 1 stk mellomlag (fleece eller ull)
- ✓ 1 stk dunjakke
- ✓ 1 par varme ullsokker
- ✓ 1 par alpinbriller
- ✓ 1 balaklava
- ✓ 1 stk hodelykt
- ✓ 1 stk pulk med drag og trekksele
- ✓ 1 stk liggeunderlag til vinterbruk
- ✓ 1 stk vintersovepose
- ✓ 1 stk termos
- ✓ 4 stk frokostrasjoner
- ✓ 4 stk lunsjrasjoner
- ✓ 4 stk middagsrasjoner
- ✓ 3 liter drikke
- ✓ 1 stk snøspade
- ✓ 1 stk søkestang for snøskred
- ✓ 1 stk fjellduk / vindsekk
- ✓ 1 stk kompass

Hva må hver deltager på laget i tillegg ha med seg på start?

- ✓ 1 stk skalljakke
- ✓ 1 stk skallbukse
- ✓ 1 stk ullundertøy, overdel
- ✓ 1 stk ullundertøy, underdel
- ✓ 1 par vindvotter
- ✓ 1 par varme innervotter
- ✓ 1 stk vindtett lue
- ✓ 1 par varme ullsokker
- ✓ 1 par fjellskisko (minimum BC-bindinger)
- ✓ 1 par fjellski med stålkant
- ✓ 1 par fjellskistaver
- ✓ 1 stk skredsøker
- ✓ 1 stk GPS med kart som dekker hele løypa, for eksempel Topo Norway Experience, og nye lithium-batterier

Obligatorisk fellesutstyr lag

- ✓ 1 stk Multiverktøy
- ✓ 1 stk Førstehjelpsutstyr
- ✓ 1 stk av hvert av følgende turkart **1:50000**, for eksempel:
Norge serien: plastbelagt Hardangerjøkulen 10039, Nordmannslågen 10031 og Haukeli 10024
eller Turkart serien: Eidfjord 2677, Hardangervidda Vest 2659 og Haukelifjell 2203
 Du kan kjøpe kart på www.kartbutikken.no
- ✓ 8 stk ekstra lithium-batterier til GPS
- ✓ 1 stk komplett telt til vinterbruk
- ✓ 2 stk kokeapparat til vinterbruk
- ✓ 1 stk fyrstikkeske i vanntett forpakning
- ✓ 1 stk kjele med lokk
- ✓ 2 liter brensel til kokeapparat
- ✓ 1 par reserve skistaver
- ✓ 1 par reserve ski
- ✓ 10 stk Real Turmat i pose. (Forsegles av arrangøren ved innsjekk)
- ✓ 2 liter nødfuel til primus. (Forsegles av arrangøren ved innsjekk)
- ✓ 2 stk min. 5 meter tau