

SJEKKLISTE - LAGKLASSE 2021

Sjekklisten for lag består av tre lister:

1. Personlig utstyr som hver enkelt deltager på laget må ha i sin pulk til enhver tid,
2. Personlig utstyr som hver deltager i tillegg til egen pulk må ha på seg/med på start.
3. Lagutstyr som skal fordeles innad i laget. Denne lista er for din og lagets egen sikkerhet.

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

1. Personlig utstyr som hver enkelt deltager på laget må ha i sin pulk til enhver tid (på start og 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 vintersovepoe
- ✓ 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
- ✓ Ta med mobil og penger i tilfelle du må bryte løpet og ender opp tilbake på Haukeliseter eller i Røldal.

2. Personlig utstyr som hver deltager må ha på seg ved start (man kan velge å gå i andre klær, men alt på denne listen skal enten være på kropp eller i pulken ved 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 fjellski med stålskanter
- ✓ 1 par fjellskistaver (små trinser ment for langrennsløyper blir ikke akseptert)
- ✓ 1 stk skredsøker med minst 90% batterikapasitet
- ✓ 1 stk GPS med kart som dekker hele løypa, for eksempel Topo Norway Experience, og nye lithium-batteri

3. Lagutstyr som skal fordeles innad i laget

- ✓ 1 stk Multiverktøy
- ✓ 1 stk Førstehjelpsutstyr
- ✓ 1 stk turkart 1:50000 "Turkart serien" Eidfjord (2677), kan f.eks. kjøpes på www.kartbutikken.no pakket i kartmappe.
Kart som er printet selv godkjennes dersom de holder samme kvalitet og inneholder de samme detaljene som kartene nevnt over.
- ✓ 8 stk ekstra lithium-batteri til GPS eller powerbank som kan lade GPS'en 2 ganger
- ✓ 1 stk komplett telt til vinterbruk
- ✓ 2 stk kokeapparat til vinterbruk
- ✓ 2 stk fyrstikkesker i separat vanntett forpakning
- ✓ 1 stk kjele med lokk
- ✓ 2 liter brensel til kokeapparat
- ✓ 1 par reserve skistaver
- ✓ 1 par reserve ski med stålskanter
- ✓ 1 par votter i reserve
- ✓ 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
- ✓ En pose til å samle snø i. Denne kan brukes til å samle snø til smelting i god avstand fra leiren. Dette sikrer at ingen får bensin/urin i vannet.
- ✓ Minst 2 stk reserve stangledd til hver type teltstang, eller minst 2 stk spjelkeledd til hver type teltstang + tape

