

Pakkeliste til skilejrskole m. Hårslev Efterskole

Termoundertøj. Det skal være af kunststof eller specielt forarbejdet uld. Ideen med termoundertøj er, at det transporterer sveden væk fra kroppen og holder dig tør. Brug ikke bomuld, da dette ikke er svedtransporterende og bliver koldt og klamt at have på når man sveder.

Joggingdragt eller lignende, der kan fungere som varmelag

Skibukser og jakke. Smag og behag er forskellig. Men det er en god ide, at købe noget med en vandafvisende membran. Jo flere lommer jo bedre, og husk, der skal være lynlåse i dem alle.

Skisokker skal du selvfølgelig huske

Fleece- eller uldtrøje, som isolerende mellemlag

Handsker eller luffer, som skal være vandafvisende. Handsker er mest praktisk, men luffer er varmere. Den absolut varmeste kombination er et par strikkede uldhandsker inde i et par luffer – men det er til gengæld lidt besværligt.

Varm hue. Almindelig hue er godt, men det kan anbefales at medbringe en hue som dækker ørerne godt.

Halstørklæde er uundværligt. Halsedisse er mange glade for at bruge.

Solbriller og et par skibriller. Et par skibriller, der sidder godt på dit ansigt. Dobbelt glas er at foretrække pga. kondens. Hvis du har gode skibriller øger det udbyttet af at stå på ski, specielt hvis det er koldt eller det sner.

Solcreme – i bjergene er både sol og vind hård ved huden. Vælg en solcreme og en læbepomade med høj faktor. Det anbefales, at det er en vandholdig creme, så huden kan ånde.

En lille rygsæk – til rejsen frem og tilbage og hvis du skal med på langrendstur

Varme støvler, som kan benyttes, når skituren er over og du bare vil gå en lille tur.

Alm. undertøj

Strømper

Fritidstøj

Fodtøj, som du kan have på til busturen. evt. kondisko.

Toiletgrej herunder medicin m.v. skal du naturligvis også have med. Snak m. din k-lærer, hvis skolen skal hjælpe med opbevaring.

Sengelinne (Lagen, pudebetræk og dynebetræk) skal også medbringes til turen.

Håndklæde(r) efter eget behov.

Et viskestykke og tre engangskarklude skal du medbringe. Der er selvhushold på turen, så derfor skal du bidrage med dette, så din gruppe kan holde (noget af) snavset væk.

Termokande er god til varme drikke hvis du skal på langrendstur.

Sundhedskort er altid pligtigt/vigtigt at have med, når man er udenlands. Det er nok med det gule sundhedskort, når du rejser i Sverige.

Pas og sundhedskort skal du have med **i din håndbagage**.

Førstehjælpkasse skal du ikke medbringe, men vabelplaster kan måske være en god ide, hvis du tit har problemer med nye sko.

Lommepenge til turen skal du selv sørge for at medbringe. Der er betalt og sørget for al transport, alle skiudgifter og al mad og drikke til måltiderne. Brug eventuelt et hævekort.

