

PACKLISTA VÅR-SOMMAR-HÖST, version 2016

pryl	märke	vikt	alternativ	vikt
ryggsäck regnskydd	Mt. Hardwear ScramblerULT30 ¹ Osprey Ultralight M ²	400 80	Mammut Creon light 32 ³	930
tält	Ringstind Superlight 1-2 ⁴	940		
brännare kastrull	Fire-Maple FMS 116T ⁵ Trangia 27+tamoj till Minitrangia +pajformslock	48 102	Fire-Maple 117T	98
vindskärm/reflektor grytmysare	egentillverkad, pajform DIY, skumplast e. thermoreflekt	9 25		
diskredskap bestick vattenflaska tändstickor	½ disksvamp + tillklippt chiffonet sked, värmetålig plast 2x5dl PET med drickventil varav några stormstickor	6 7 60 10		
sovsäck	Roberts, specialbest. ⁶	720	Cumulus Liteline 400	755
drybag/dagsturssäck	Green Hermit UL 28l ⁷	98		
liggunderlag	Multimat Superlite (8 mm) ⁸	175	Thermarest Z-lite Sol (20mm) ⁹	360
skal/regnplagg	Montane Minimus jacka Montane Minimus byxor	205 120		
Ombyte/sovplagg/ förstärkning	ullstrumpor, ullfrottställ tunn mössa, underbyxor	360 100		
handduk	sidenscarf ¹⁰	8	Chiffonet-duk	11
ovr. toalett & medicin	kam, tvål, tandkräm &-borste, solstift/försvarets salva, ev. myggstift, sterilkompress, plåster, strips, spritkuddar, alvedon, plastpåsar, idrottstejp ¹¹ , säkerhetsnålar	120		
nödbivack	AMK Emergency Bivvy Bag ¹²	100		
övr verktyg, redskap och reservdelar	fickkniv (m sax, skruvmejsel, pincett) nål, tråd, tandtråd ¹³ , skalpellblad, tåtlina, stånghylsa, laglappar, skovax, liquisole, superlim	22 ~90	Gerber Wise Mini ¹⁴	57
pannlampa	Petzl E+Lite (19 m, 42h) inkl 2 CR2032 batterier	36	Black Diamond Spot ¹⁵ (25m, 100h) inkl 3 AAA batterier	90
övr elprylar (ev)	laddare, extrabatterier	~80		
summa, ca		~3900		~4800

Sovsäck och ombyte packas i drybag enl ovan; övriga vikter inkl ev. förpackning (plaspåse+klämma, ~5 g/st)

- 1 För mer alpina turer, annars i minsta laget; klarar en veckas vakuumpackad proviant med tätet utanpå ryggsäcken i början av turen.
- 2 Kanske lyx, men ökar säkerheten för känsliga saker, skönt med torr och bra om man har grejer utanpå.
- 3 Alternativ på mindre alpina turer, t ex fjällvandring, särskilt när jag är ensam och vill ha många lättnädda ytterfickor.
- 4 Finns lika bra och ändå ett par hundra gram lättare tält, men de är dyrare och mindre.
Här valde jag bekvämligheten. Till vissa turer medtas enbart yttertält. Till steniga turer medtas en bit bubbelplast som footprint.
- 5 Toppmonterad brännare, trots stort inre motstånd (vältningsrisk). Visat sig funka bättre/säkrare än jag vågat hoppas på. Den markstående versionen väger dock bara 50 g mer, så här handlade det om att spara volym (knöligt med slangen).
- 6 Kortare än standard, men lite bredare i axelpartiet. "Omvänd" fyllning p g a att jag är magsovare (mest dun på huvsidan)
- 7 Rymmer sovsäck och ombyte/sovplagg; dubblar som dagsturssäck och kudde på natten (fylld med dagskläder)
- 8 Har visat sig fullt tillräcklig på sommar/höstturer, så Z-lite får oftast stanna hemma.
- 9 Kortat med ett segment för att passa min längd.
- 10 Matt siden funkar perfekt som handduk och torkar blixtnabbt p g a sin tunnhet :)
- 11 Använt till profylaktisk skavsårstejpning, provisorisk lagning av kläder, tejping av stukningar, plåster till större förband etc
- 12 Medtas vid ensamturer bortom mobiltäckning i svårare terräng, där jag kanske inte klarar att sätta upp tält vid skada.
Medtas även på alla stugturer utan tält.
- 13 Extremt lätt och stark, används till bl a tvättlina, lagning etc.
- 14 I stället för fickkniv, när det kan finnas behov av tång.
- 15 Inte lättast, men väldigt bra, följer med på tuffare höstturer med större risk för mörkervandring.

Tillkommer per vecka:

gas (100 alt. 230 g beroende på årstid, med grytmysare/svällkokning 100g/vecka sommartid)	198-390 g
mat, ca 400 g/dag, ca 620 kcal/100 g i snitt (hög fetthalt med mycket nötter/frön)	ca 2800 g
toapapper	ca 100 g

Summa förbrukningsvikt/vecka: **ca 2600-3000 g**

På kroppen:

<u>underställ</u> , merinoull (Brynje Micro alt Aclima Lightwool)	200-300 g
gammal naturvit <u>herrskjorta</u> , tunn men tätvävd polyester/bomull, mer eller mindre uppknäppt	150 g
naturvita $\frac{3}{4}$ <u>cargobyxor</u> , tyg som ovan, mer eller mindre uppvikta (noname från mellanöstern-loppis)	360 g
knästrumpor, ett par tunna, ett-två par tjocka beroende på årstid, mer eller mindre nerrullade	140-230 g
<u>tjocktröja</u> , fluffstickad ull (huvudsakl. vid rast och utförsbacke, beroende på väder/vind utanpå eller innanför vindskjortan, annars hoprullad under ryggsäckslocket eller knuten runt baken på klassiskt vis)	350 g
buff, Aclima Lightwool	30 g
tunna snabbtorkande handskar (alt arbetshandskar, se nedan)	20-30 g
<u>kängor</u> + lös ullfiltsula	
för mer alpint: specialbeställda Hanzel alt. Kayland Vertigo,	2x500 alt. 2x600 g
för fjällen: Lundhags antika Jämtkängor	

Tillkommer i fickorna och/eller på ryggsäckremmarna:

ev. pass, pengar/kort, kompaktkamera, mobil, kartor, kompass, penna, miniskissblock, vikkåsa 300-400 g

Summa i fickorna och på kroppen: **ca 2600-3000 g**

Tillkommer vid behov:

flipflops vid stugövernattningar (till sunkiga duschar etc)	120 g
gaiters, RAB eVent Hispar	240 g
stegjärn, Kahtoola KTS steel	600 g
skydds/arbetshandskar till scrambling etc, MaxiFlex Ultimate (ersätter ordinarie tunna ovan)	36 g
isyxa, uråldrig polsk noname, byta till BD Raven Ultra 350 g?	460 g
etc (rep, rack, sele BD Couloir 230 g, hjälm 235 g)	tungt :)