

	Packlista för paddling
	Kajak
	Paddel
	Kapell
	Reservpaddel
	Pump
	Karta och kompass
	(Paddelflottör)
	(Drivankare)
	Att paddla i
	Flytväst
	Undertröja – kort/långärmad i merinoull eller syntet
	Shorts / byxor- i snabbtorkande material
	Långkalsonger
	Varm tröja
	Paddeljacka - vind- och vattentät, gärna med kapuschong
	Vind- och vattentäta byxor
	Keps/hatt eller liknande
	Buff eller annat runt halsen
	(Paddelhandskar)
	Något på fötterna
	Lättillgängligt vid paddlingen
	Solglasögon
	Solskyddskräm / Solskyddsstift för läppar
	Vattenflaska
	Snacks/energibars
	Telefon / kamera
	Lägerliv
	Tält
	Sovsäck
	Liggunderlag
	Plastpåsar för sopor
	Spade + toapapper
	En liten bit presenning
	(Paraply)

	Kläder
	Shorts / byxor
	Linne / t-shirt
	Sandaler / vattentåliga skor, stövlar
	Underställ – merinoull eller syntet
	Varma tröjor
	Varma byxor
	Varm mössa
	Strumpor/sockor, 2 par tunna 2 par tjocka
	Vind- och vattentätt ställ
	Vantar
	Matlagning/äta
	Vattensäckar/dunkar/flaskor
	Friluftskök
	Bränsle
	Tändare, tändstickor
	Bestick – matbestick, vass kniv, konservöppnare, slev, visp mm
	Skärbräda
	Mattallrik
	Kåsa/mugg/plastglas
	Disksvamp
	Diskmedel
	(Termos)
	Mat och dryck
	Hygien
	Tvål, schampoo
	Tandkräm, tandborste
	Tvättlapp
	Handduk
	Alcogel, desinficerande våtservetter
	Övrigt
	Pannlampa, ficklampa
	Första förband
	Reparationskit
	Mobiltelefon
	Batteriladdare + batterier
	Extra påsar för skräp