

Utstysliste				
Klær	OK	Antall	Utstyr	F.eks
		2	Ull boxer	Smartwool Merino Seamless
		2	Ull BH	Aclima HW Sports Top Black
		2	Ull overdel (En tynn og en tykk)	Gjerne Brynje Wool Thermo og Brynje Artic
		2	Ull nede (En tynn og en tykk)	Gjerne Brynje Wool Thermo og Brynje Artic
		4	Ullsokker	2 Tynn, 1 mellom og 1 tykk
		1	Fleecejakke eller ullgenser	
		1	Ullbukse eller primaloftbukse	Graveniidi Extreme Bivvu bukse
		1	Tynn vind/skijakke	
		1	Goretex bukse	
		1	Goretex jakke med hette	
		1	Dunjakke	Helst en varm, tykk og som dekker rumpa
		1	Gemasjer	Trenges ikke hvis man har Alfa Outback/polar
		1	Votter (tynne)	
		1	Votter (tykke)	
		1	3-lags votter/overtrekk/ekstra varme	F.eks Liner, ull og overtrekksvott
		2	Buffer, gjerne en syntet og en tykk ull	
		2	luer	En skilue og en ordentlig varm
		1	Balaklava	
			Evt et sett skifte til å ha i hyttene	(dersom man sover inne)
		Håndduk og Badedrakt		
		Reiseklær og sko		
	OK	Antall	Utstyr	F.eks
		1	Fjellski, feller, evt smørning	
		1	Skisko	Alfa Outback/polar eller andre varme
		1	Trekk til skisko	Trenges ikke hvis man har Alfa Outback/polar
		1	Staver	Ekspedisjonsstaver eller skistaver med stor håndreim
		1	Soveposer	Gjerne en ordentlig varm, 30-40 minus
		1	Liner	Til soveposen
		1	Liggeunderlag 1	Therm-a-rest Z Lite SOL Regular
		1	Liggeunderlag 2	f.eks Exped downmat XP 9
		8	Kompresjonsposer	Til pakking av klær og utstyr i pulken
		1	Kuldemaske	(Valgfritt)
		1	Dunsko/fotpose	Til bruk i teltet
		1	Solbriller	
		1	Slalombriller	

Utstyr	1	Termos	
	2	Flaske med trekk	Nalgene 1 liter og Termotrekk
	1	Matskål og kopp	f.eks LunchKit BIO - obs husk skje
	3 til 4	Zip poser og søppelpose	
	1	Tisseflaske og tissetrakt(jenter)	
	1	Toalettpapir og søppelpose	
	8	Truseinnlegg	
	1	Antibac	
	1	Gnagsårplaster og tape	
	1	Tannbørst og tannkrem	
	1	Kuldekrem	
	1	Solkrem	
	1	Ørepropper/sov i ro	
		Evt medisiner	
	4	Hånd og fotvarmere	F.eks phoxx-handvarmer-hvit
	1	Hodelykt, med ekstra batterier	
	1	Ladere og evt powerbank	
	1	Telefon	
	1	Evt kamere	
			Snacks