**Obligatorisk utstyr i sekk/ på kropp**

**Kompass.**

**Kart** (får utdela)

**GPS** (med ekstra batteri) Avslått i sekk. Skal kun nyttas når nødvendig – gir 1 time tillegg i tid.

**Mobil telefon**. Avslått i sekk / flymodus, fullt opplada.

**Hodelyk**t med ekstra batteri.

**Drikke**

**Mat**

**Vann/ vindtett jakke**

**Ull undertøy overdel**

**Refleksvest**

**Liste med hentepunkt og info** (blir tilsendt på mail/ utlevert på Teleros)

**Sportsteipe**

**Anbefalt i sekk:**

Kartmappe

Pose til «post-bevisa»

Enkel fyrstehjelp, gnagsår plaster, sikkerhetsnåler

Vann/vindtett bukse

Lue, hals og hanskar

*Nødvendig klær og utstyr etter vær, lov å bruke hodet…*