**Det essentielle:**

* Vandrerygsæk
* Liggeunderlag
* Sovepose
* Forbunds Skjorte

**Udstyr:**

* Stor madpakke
* Drikkedunk (fyldt)
* Mug/kop
* Lygte/pandelampe
* Tandbørste og tandpasta
* Håndklæde
* Shampo
* Sygesikringsbevis (eller en kopi af det)
* March & Lejr
* Evt. dolk/kniv

**Beklædning:**

* Gode sko/støvler
* Ekstra sko
* Vandtæt jakke + bukser
* Varm trøje
* Kort/Langærmet bluser
* Bukser/Shorts
* Sokker
* Undertøj
* Nattøj
* Badetøj
* Evt. skiundertøj/uldundertøj