

**PAKLIJST
UITRUSTING EN KLEDING**

INTRODUCTIE BUSHCRAFT



UITRUSTING EN KLEDING INTRODUCTIE BUSHCRAFT

Deze lijst is samengesteld om je te helpen bij het inpakken en om een idee te geven wat nodig is voor tijdens de cursus. Wanneer je de juiste uitrusting hebt, zul je meer genieten en kun je je beter focussen op de dingen die je wilt leren.

De lijst hieronder is gebaseerd op jarenlange ervaring van deelnemers en instructeurs met de keuze van kleding en gereedschap. Er is de mogelijkheid om artikelen aan te schaffen in onze webshop. Natuurlijk is daar geen enkele verplichting toe.

CHECKLIST KLEDING EN UITRUSTING

Deze lijst is samengesteld om je te helpen bij de beslissing over wat je mee zult nemen naar de cursus. Wanneer je de juiste uitrusting hebt, zul je meer genieten en kun je je beter focussen op de dingen die je wilt leren.

De lijst hieronder is gebaseerd op jarenlange ervaring van deelnemers en instructeurs met de keuze van kleding en gereedschap. Er is de mogelijkheid om artikelen aan te schaffen in onze webshop. Natuurlijk is daar geen enkele verplichting toe.

De items met sterretje* zijn verplicht voor deze cursus. Alle andere items zijn aanbevelingen.

Item
GESCHIKTE OUTDOOR KLEDING* Dit moet warm en comfortabel zijn en moet bestaan uit verschillende lagen voor een goede regulering. Een oud trainingspak, verscheidene pullovers en een waterdichte jas zijn voldoende. Spijkerbroeken zijn niet geschikt!
SCHOENEN* Schoeisel moet stevig zijn, geeft de enkels ondersteuning en geeft goede grip. Wij raden lichte schoenen of gym schoenen aan in droge omstandigheden, evenals een paar wandelschoenen in het geval dat het slecht weer wordt.
HOOFDBEDEKKING/MUTS Als je snel verbrandt, is het aan te raden je hoofd te bedekken met een hoed, pet, Buff, enz. De temperatuur kan snel dalen waardoor je snel afgekoeld kunt raken tijdens het slapen of wanneer je lang stil moet zitten.
(WARME) SLAAPZAK* Zorg ervoor dat je een passende slaapzak meeneemt. Als je van plan bent er één te kopen, koop er één die warmer is dan je denkt nodig te hebben. Je kunt deze altijd openen of gebruiken als een dekbed als het te warm is.
LICHTGEWICHT TENT Er bestaat de mogelijkheid om je eigen tent mee te nemen, als je denkt dat onder een tarp slapen te zwaar is en dat een negatieve invloed kan hebben op het volgen van de cursus.

ISOLERENDE SLAAPMAT*

Je kunt de warmste slaapzak hebben, maar zonder een isolerende mat wordt de warmte onder je weggetrokken naar de grond.

MOK EN EETGEREI*

Alles wat je nodig hebt is een drinkbeker en bord en een lepel. Gelieve geen aardewerk gerei. Het liefst van staal.

DRINKFLES*

Voor deze cursus is een waterzak ook goed. Ook is één lege frisdrank fles goed genoeg. Water kun je bijvullen op onze locatie.

KLEINE EHBO-KIT EN PERSOONLIJKE MEDICATIE*

Onze instructeurs hebben te allen tijde toegang tot de EHBO uitrusting, maar je moet zelf een kleine EHBO-kit meenemen inclusief pleisters en eventuele persoonlijke medicatie, waaronder tabletten tegen hoofdpijn, leesbril / contactlenzen, inhalers, etc.

WASSEN EN AFDROGEN*

Je moet voor je eigen spullen zorgen. Tijdens al onze Bushcraft activiteiten is het verplicht om biozeep te gebruiken. Ook een lichtgewicht en sneldrogende handdoek wordt aangeraden.

GOEDE MUGGENSPRAY

Op locatie zijn teken en muggen aangetroffen en een goed afweermiddel is de eerste en beste verdediging.

(NOOD)FLUITJE*

Zeer nuttig stukje gereedschap wanneer je verdwaald bent en tevens een item dat je altijd bij je moet hebben tijdens onze cursussen.

(HOOFD)LAMP*

Een hoofdlamp is ideaal omdat je de handen vrij hebt. Zorg voor verse batterijen.

RUGZAK*

Om al je spullen te kunnen vervoeren van de ontmoetings-plek tot aan het kamp, heb je een rugzak nodig. Onze instructeurs hebben meer dan 20 jaar ervaring met het lopen met een rugzak en kunnen je over alles adviseren. Van het dragen tot de aankoop ervan.

Bezoek onze online shop op www.bushcraftnederland.nl/shop

