



NORDIC
ADVENTURES

PAKLIJST



KAJAKKEN IN DE ZWEEDSE ARCHIPEL

PAKLIJST

Deze paklijst helpt je om alles mee te nemen wat je nodig hebt voor een avontuurlijke en comfortabele tijd in de Zweedse natuur. Van de juiste uitrusting tot je persoonlijke behoeften, met deze lijst ben je helemaal klaar voor je avontuur in de prachtige natuur van Västervik!

KLEDING

Fleece

Een fleece trui of vest is een must-have voor koudere momenten, vooral in de avond of bij plotselinge weersveranderingen. Het houdt je goed warm en blijft ook isoleren als het vochtig wordt.

Regenkleding

Het weer in Scandinavië kan onvoorspelbaar zijn. Een stevige, waterdichte jas en een ademende regenbroek zorgen ervoor dat je droog blijft als je te maken krijgt met een regenbui. Kies bij voorkeur voor lichtgewicht en ademend materiaal, zodat je niet klam wordt van binnenuit.

Thermo ondergoed

Voor extra warmte en comfort, vooral 's nachts, is thermo ondergoed een goede toevoeging aan je uitrusting. Dit helpt je lichaamstemperatuur beter te reguleren en voorkomt dat je 's ochtends rillerig wakker wordt.

Zwemkleding

Diversen

Om jezelf goed te beschermen tegen de felle zon, raden we je aan een hoed of pet mee te nemen, evenals een zonnebril met koord zodat deze niet in het water valt. In Zweden blijft het in de zomermaanden lang licht, waardoor een slaapmasker handig kan zijn om sneller in slaap te vallen en een goede nachtrust te krijgen.

Comfortable kleding

Kies voor comfortabele, sneldrogende kleding waarin je je vrij kunt bewegen. Materialen zoals synthetische stoffen of merinowol zijn ideaal, omdat ze vocht snel afvoeren en je warm houden, zelfs als ze nat worden. Vermijd katoenen kleding, omdat dit langzaam droogt en je snel kan laten afkoelen.

VOEDING

Eten & Drinken

Neem voldoende eten en drinken mee voor onderweg. Je kunt je maaltijden opwarmen met het Trangia kookstelsel. Tijdens je avontuur kun je extra inkopen doen door naar de stad te kajakken. Dit staat aangegeven op de kaart die je voor vertrekt ontvangt.

Bestek

Bord, mok, bestek, snijplank

Waterflessen

Zorg voor voldoende waterflessen, aangezien je niet direct toegang hebt tot drinkwater. Minimaal 5 liter per persoon.

Aanstekers, lucifers of firesteel

PERSOONLIJKE VERZORGING

Biologisch afbreekbare zeep

Afvalzakken

Muggenspray of klamboe

Zonnebril

Medicatie

Persoonlijke medicatie.

EHBO

Een klein EHBO-setje met in ieder geval een pincet, tekentang en pleisters.

Toiletpapier

Toilettas

Toilettas met tandenborstel, tandpasta etc..

UITRUSTING

Zaklamp
Camera
Powerbank
Verrekijker

VRAGEN?

Als je vragen hebt over de paklijst, de voorbereiding of het avontuur zelf, aarzel dan niet om contact met ons op te nemen. We helpen je graag verder om ervoor te zorgen dat je goed voorbereid op pad gaat en optimaal kunt genieten van je kajak avontuur!

Stuur je vraag naar info@nordicadventures.nl