

Explore utstørsliste

På Friluftsliv Explore er vi ute i naturen gjennom hele året, både i aktivitet på dagtid og i ro i telt eller hytte på natta. Mye av det fellesutstyret vi bruker har skolen, slik som telt, kokeutstyr, klatreutstyr, kiter, etc, men det er likevel en del personlig friluftslivsutstyr som trengs for å få utbytte av året. Mye har du sikkert fra før, en del kan du kanskje finne hjemme eller låne fra familie, og noe må du sikkert kjøpe. Fars gamle sovepose og bestefars anorakk kan gjøre god nytte, ta det med og sjekk ut om det duger!

Dersom du trenger å kjøpe noe er dette første bud: aldri kjøp utstyr til fullpris! De fleste sportsbutikker har kampanjer og salg gjennom året, mange nettbutikker har gode priser, mye bra selges brukt, og når du kommer hit får du rabatter på flere sportsbutikker (20-25%), i tillegg til at skolen har en handleavtale med Helsport der vi får 50 % rabatt på alt utstyr. Dessuten kan vi som jobber her hjelpe deg dersom du lurere på noe, så bare vent med innkjøp.

Allikevel er det en del du trenger fra første dag, så noe må du ordne deg med. Enkelte priser står i parantes. Dette er priser som du kan regne med at vi kan skaffe på sportsbutikker vi har avtale med. Du trenger IKKE det mest fancy utstyret for å få glede av Explore-linja.

Fra skolestart:

• Fjellstøvler

Vi begynner med fjellturer med en gang, og da er fjellstøvler selvsagt. Du bør ha gått noen turer med skoene, siden nye fjellstøvler kan ha en tendens til å gi gnagsår. Lærstøvler som Crispi Besseggen eller Alfa Walk King/Queen fungerer ypperlig, mens lave sko av typen kraftige joggesko er for enkelt.

• Bekledning

Selv på høsten kan vi møte på kaldt vær og snø høyt til fjells, så du må kunne kle deg for vinterfjellet med en gang. Du trenger: vindtett og vanntett jakke/bukse. Gore-tex o.l. er greit, men dyrt. Dersom du har en regnjakke som du kan bruke på høsten kan du fint klare deg på vinteren om jakken du da bruker ikke er 100% vanntett. Det viktigste er at den er vindtett. Ull-undertøy (helst 3 sett), ull-sokker (min 3 sett), lue, buff/skjerf, hansker, varme votter (ullvott+vindvott utenpå fungerer best). I tillegg kan det være greit med en varm genser eller kanskje en dunjakke/dunvest. Fleecejakke/fleecevest kan og gjøre nytten. Her kan man supplere etter hvert som man ser behovet for det.

• Sekk

Du trenger sekk til overnattingsturer og til dagsturer. En fin sekk til overnattingsturer er ca 65-90 liter med remmer til å feste f.eks. liggeunderlag utenpå sekken. Dersom denne kan komprimeres fungerer den også bra som dagstursekk. Evt. kan du ha en sekk på ca 35-50 liter i tillegg.

• Sovepose

Til høstens turer holder det med en sovepose som tåler ned mot 0 grader,

men til vinteren må du ha en sovepose som tåler mer. Når det er på det kaldeste bor vi i hytte, men soveposen bør allikevel ha komfort-temperatur ned til -10 grader, f.eks. Ajungilak Tyin Winter (1800,-). Du kan forbedre en kaldere sovepose med å ha fleecpledd inni eller trekk (grevling) utenpå, evt. kombinere to tynne poser. Dunsoveposer er lettere men dyrere enn soveposer med syntetisk fyll.

- **Liggeunderlag**

Liggeunderlaget bør være litt tykt, men kan gjerne være av celleplast, f.eks. Ajungilak Bamse Extreme (375,-). Enkelte trenger et ekstra liggeunderlag til vinteren, men det kan være av billigste sort.

- **Hodelykt**

Hodelykt må du ha til mørke kvelder. En som du får kjøpt til typisk 69,- kroner på Clas Ohlson eller lignende gjør nytten.

- **Førstehjelpsutstyr**

Alle må ha en pakke med førstehjelpsutstyr i sekken. Vi går igjennom hvilket innhold du må ha når du kommer til skolen, men det som er i en standardpakke er som regel greit.

- **Kartmappe og kompass**

Du trenger en plastmappe med plass til kart. Kompass: kjøp et skikkelig et, evt. med hellingsmåler.

Etter høstferien/vinter:

Vi starter vintersesongen rundt jul, avhengig av snøforhold, så skiutstyr er det greit å ha ordna seg med til etter høstferien, men seinest til januar. Dersom du mangler utstyr når du begynner på Høgtun, kan du få gode tilbud på Skibaluba i Molde.

- **Fjellski**

På vinterturene våre vil du trenge fjellski med feller. Dette finner du som regel billig på finn.no, eller kanskje hjemme? De må ha stålkant og jeg anbefaler 75mm binding (Rottefella eller Voilé). Dersom du har fjellski med binding av typen NNN BC er det helt greit å bruke, men er ikke like gode å kjøre med. Fjellskiene kan gjerne være litt breie, og jeg anbefaler lærstøvler.

- **Feller**

Fellene bør dekke nesten hele bredden på skiene midt under. Dersom skia er 54 mm på midten bør fellene være minimum 50 mm brede.

- **Skibriller og hjelm**

Alle må ha skibriller til bruk på vinterstid, det er lurt ved dårlig vær. Hjelm kan også være godt å ha på noen av topturene, men det er ikke påkrevd.

- **Sikkerhetsutstyr** Du trenger snøspade og søkestang.

- **Langrennski**

Ta gjerne med langrennski om du har. Det er gode muligheter og fine løyper ikke langt fra skolen, men på linja vil vi ikke bruke det noe særlig.

Kjekt å ha - men ikke påkrevd:

- **Sykkel og sykkelhjelm**

Det er gode sykkelmuligheter rundt skolen, både på vei og på sti. Ta gjerne

med sykkelen til bruk på fritiden.

- **Walkie-talkie**

Både når vi er på fjelltur, i alpin-bakken og ellers kan det være kjekt med Walkie-talkie.

- **GPS**

Absolutt ikke påkrevd, men har du så ta den med. Du vil i alle fall kunne lære å bruke den. Bra å ha når vi er på telttur og vil finne ut nøyaktig hvor vi er.

- **Klatreutstyr**

Dersom du har eget personlig klatreutstyr (sele, sko, hjelm etc) kan du gjerne ta med dette. Like ved skolen er det en stor klatrevegg.

Dette har skolen:

- **Friluftsliv-utstyr**

Skolen har telt og stormkjøkken og slikt.

- **Klatreutstyr**

Skolen har det som trengs av sikringsutstyr og tau. Vi har også en del personlig utstyr.

- **Kiter og vindsurfingsutstyr**

Skolen har kiter (til kiting på ski) og vindsurfingsutstyr.

- **Kajaker**

Skolen har noen kajaker som elever som har gjennomgått sikkerhetskurs kan få disponere.