

YÖN YLI RETKEN VARUSTEET (KESÄ)

Ei ole yhtä oikeaa tapaa varustautua retkelle. Käytä tätä varusteluetteloa suunnitellessasi omaa luetteloa tai tarkistuslistana pakatessasi. Siinä on tilaa muistiinpanoillesi. Voit merkitä tulosteeseen retken jälkeen, käytitkö varustetta tai jäikö jotain puuttumaan.

PERUSVARUSTEET	OMAT MUISTIINPANOT
Vaatus	
Vaellusjalkineet tai kumisaappaat	
Sandaalit tauoille, leiriin ja vedenylityksiin	
Säätilaan sopiva ulkoilutakki	
Vaellushousut ja/tai shortsit	
Hengittävä lyhyt- tai pitkähihainen paita, vaihtokappaleita	
Välikerroksen vaatus: pitkähihainen / villapaita / välihousut	
Alusvaatteet ja/tai -kerrasto, vaihtopareja	
Vaellussukkia, vaihtopareja	
Taukovaatus, esim. untuvatakki	
Yöasu (esim. ylimääräinen kerrasto) ja villasukat	
Retkeily	
Rinkka ja sadesuojus	
Vedenpitäviä pakkauspusseja, kuivasäkkejä	
Esite tai kartta ja kompassi	
Tulentekoon: tulitikut vedenpitävässä pussissa ja puukko	
Istuinalusta	
Matkapuhelin, täyteen ladattu akku	
WC-paperi käymälää varten	
Roskapussi	
Leiriytyminen	
Teltoa, muu majoite	
Makuupussi (3 vuodenajan- tai kesä-)	
Makuualusta	
Peseytymisvälineet ja pieni pyyhe	
Henkilökohtaiset lääkkeet ja hygieniavälineet	
Ruokailu	
Retkikeitin, kattilat ja polttoaine	
Muki, ruokailuastia, ruokailuvälineet	
Pesusieni ja biohajoavaa pesuainetta	
Ruokaa (keskimäärin 3 aterialla / vrk) aamiaiseksi, lounaalle ja illalliselle. Lisäksi välipaloja	
Juomapullo ja vettä	
Ensiapuvälineet	
EA-laukku: kolmioliina, steriili side, sideharso, joustoside, laastari, rakkolaastari, haavapyyhe, pinsetit, pienet sakset, lääkkeet kyynpuremaan tai ampuaisempistoon	
Muuta hyödyllistä	
Varavirtalähde puhelimelle	
Yleistyökalu: linkkuveitsi tms.	
Teippiä, narua, nippusiteitä	
Kestävää lankaa ja neula	

YÖN YLI RETKEN VARUSTEET (TALVI)

Ei ole yhtä oikeaa tapaa varustautua retkelle. Käytä tätä varusteluetteloa suunnitellessasi omaa luetteloa-
si tai tarkistuslistana pakatessasi. Siinä on tilaa muistiinpanoillesi. Voit merkitä tulosteeseen retken jälkeen,
käytitkö varustetta tai jäikö jotain puuttumaan.

PERUSVARUSTEET	OMAT MUISTIINPANOT
Vaatetus	
Lämpimät talviulkoilu- tai retkeilykengät	
Lämpimät jalkineet tauoille ja leiriin	
Tuulen- ja/tai vedenpitävä hupullinen takki	
Tuulen- ja/tai vedenpitävät housut	
Hengittävä lyhyt- tai pitkähihainen paita, vaihtokappaleita	
Välikerroksen vaatetus: pitkähihainen / villapaita /välihousut	
Alusvaatteet ja/tai -kerrasto, merinovillainen, vaihtopareja	
Vaellussukkia, vaihtopareja	
Taukovaatetus, esim. untuvatakki	
Yöksi yöasu (esim. ylimääräinen kerrasto), villasukat, pipo ja käsineet)	
Korvia ja poskia suojaava päähine tai pipo	
Kaulahuivi	
Lämpimät rukkaset	
Retkeily	
Rinkka ja sadesuojus	
Vedenpitäviä pakkauspusseja, kuivasäkkejä	
Esite tai kartta ja kompassi	
Tulentekoon: tulitikut vedenpitävässä pussissa ja puukko	
Istuinalusta	
Matkapuhelin, täyteen ladattu akku, lämmin suojus	
WC-paperi käymälää varten	
Roskapussi	
Otsalamppu	
Leiriytyminen	
Teltta, muu majoite	
Makuupussi (talvi-), pussilakana	
Makuualusta	
Peseytymisvälineet ja pieni pyyhe	
Henkilökohtaiset lääkkeet ja hygieniavälineet	
9 V paristo palovaroittimeen tai matkapalovaroitin	
Ruokailu	
Retkikeitin, kattilat ja polttoaine	
Muki, ruokailuastia, ruokailuvälineet	
Pesusieni ja biohajoavaa pesuainetta	
Ruokaa (keskimäärin 3 aterialla / vrk) aamiaiselle, lounaalle ja illalliselle. Lisäksi välipaloja	
Termospullo, vettä, lämmintä juotavaa	
Ensiapuvälineet	
EA-laukku: kolmioliina, steriili side, sideharso, joustoside, laastari, rakkolaastari, haavapyyhe, pinsetit, pienet sakset	
Muuta hyödyllistä	
Varavirtalähde puhelimelle	
Yleistyökalu: linkkuveitsi tms.	
Teippiä, narua, nippusiteitä	
Kestävää lankaa ja neula	

