



VAIRĀKU DIENU PIEDZĪVOJUMS

EKIPĒJUMA SARAKSTS

Lai izbaudītu piedzīvojumu, svarīgi tam pareizi sagatavoties. Paši pārgājienus esam sākuši džinsu biksēs un ar ielas mugursomām, tomēr ne katram ir jāuzsit savi puni, lai piedzīvojumā justos omulīgi. Lūk, pārdomāts minimums tam, ko vajadzētu ņemt līdzi vairāku dienu piedzīvojumā. Mūsu pašu mugursomās saturs diži neatšķiras vai piedzīvojums ir pavasarī, vasarā vai rudenī, jo īpaši, ja piedzīvojums paredzēts kalnos vai Eiropas ziemeļos, kur jābūt gatavam visiem laikapstākļiem. Saraksts ir kā padoms. Tam nav akli jāseko un katrs pats pieņem lēmumu par konkrētās lietas nepieciešamību.

DOKUMENTI

- Pase vai ES robežās ID karte.
- Evak karte.
- Nauda personīgajiem tēriņiem. Noskaidro konkrētās valsts (valstu) valūtu.
- Vai apdrošināšanu iegādājies?

APĢĒRBS

- Īso piedurkņu T-krekls (viegls, komfortabls).
- Garpiedurkņu krekls, kurš noderēs ne tikai siltumam, bet arī pret saules apdegumiem (viegls).
- Flīsa plānā vai biežā jaka (atkarīgs no sezonas).
- Virsjaka (Vēlams no goretex materiāla, bet der arī parastā jaka, kas ir lietus un vēja izturīga).
- Garās bikses (no elastīga materiāla, komfortablas, ātri žūstošas).
- Šorti karstākām dienām (no elastīga materiāla, viegli, ātri žūstoši).
- Pančo (ja gaidāms spēcīgs lietus un nav goretex jakas).
- Cepure ar nagu pret lietu un sauli.
- Cepure siltumam.

APAVI

- Trekinga apavi (universāli, vidēja augstuma, ūdensnecaurļaidīgi, elpojoši).
- Trekinga zeķu pāri (3.gb).
- Bahilas (ja paredzēts slapjš piedzīvojums, sniegs vai dubļi).
- Maiņas apavi - sandales vai vieglas botas.
- Vilnas zeķes naktsmieram.

MUGURSOMA

- 55 l + mugursoma, lai viss ērti ietilptu. Ja pārējais ekipējums ir švaks, tad varētu būt nepieciešama 60 l vai 80 l mugursoma (Somas izmērs ir atkarīgs no Tava pārējā ekipējuma izmēra un svara. Ir jābūt pārliecinātam, ka viss nepieciešamais ietilps mugursomā. Jo dārgāks ekipējums, jo tas ir vieglāks un mazāks. Pakojot mantas mugursomā jāpiedomā, lai rezerves drēbes un citas izmirkstošas lietas būtu iepakotas tā, lai mitrums tām netiek klāt).
- Lietus pārvalks somai.

INVENTĀRS NOMETNEI

- Telts - vairāk par teltīm var uzzināt, sekojot saitei: <https://bit.ly/2Ya5qOY>
- Tūrisma paklājiņš - vairāk par paklājiņiem: <https://bit.ly/2Lp77Ca>
- Guļammaiss ar atbilstošu komforta temperatūru. Vairāk: <https://bit.ly/30zVOL6>



EKIPĒJUMS

Pāris ekipējuma lietas ir iespējams dalīt ar citiem piedzīvojuma negaušiem, tādējādi mazinot somas svaru. Par šo vienosimies kopējā sapulcē, ja tāda ir paredzēta.

- Padibenis.
- Dvielis (speciālais sporta tipa, kas ir viegls, ātri žūstošs, kompakts un antibakteriāls)
- Trekinga nūjas (palīdz noņemt līdz pat 20% somas svaru no pleciem un ceļiem, ļauj vieglāk balansēt un uztur asinsriti rokās).
- Saulesbrilles.
- Viedtālrunis.
- Ārējās baterijas vai saules panelis.
- Pieres lukturis.
- Ūdens sistēma vai pudeles priekš vismaz 2l ūdens.
- Bļodiņa.
- Krūzīte.
- Nazis.
- Karote.
- Šķiltavas.
- *Makgaiverene*.
- Svilpe (jaunajos somu modeļos jau iestrādāta siksnās).



APTIECIŅA

- Aptieciņas standarta komplekts + sorbex, mezym forte, reny, ibumetīns, metionīns un palīgi sev vien zināmām kaitēm.
- Dezinfekcijas līdzeklis.
- Pretsāsītuma smēre.
- Tulznu plāksteri.
- Līdzeklis pret insektiem.
- Ausu aizbāžņi.
- Karstā kaikā – saules aizsargkrēms.



HIGIĒNAS PRECES

Higiēnas piederumi pēc saviem ieskatiem un prasībām. Maksimāli mazi un viegli iepakojumi.

- Zobubirste un zobupasta.
- Tualetes papīrs.