

Fjällvandring 2009

Packningsdetalj	Beskrivning	Antal	Vikt per styck	
Frukost				
Smörgås	Wasa knäcke	8	39	312
musli med mjölk	ICA crunchy med Nido tormjölk	8	79	632
Kaffe	Espresso	8	3	20
Summa Frukost			964	
Lunch		Antal	Vikt i g	
Royal Thai	Real Feald Meal	1	201	201
Pasta med kyckling	Blå Band	1	119	119
Pasta Bolognese	Real Feald Meal	1	199	199
Lamm Mulligatawny	Real Feald Meal	1	193	193
Lapskojs	Real Feald Meal	1	185	185
Pasta Provence	Real Feald Meal	1	196	196
Royal Thai	Real Feald Meal	1	131	131
Chiligryta	Real Feald Meal	1	116	116
Gulasch soppa	Knorr	1	60	60
Kaffe	Espresso	9	3	27
Summa Lunch			1427	
Middag		Antal	Vikt i g	
Stenbitsgryta	Real Feald Meal	1	127	127
Royal Thai	Real Feald Meal	1	132	132
Kyckling curry	Real Feald Meal	1	185	185
Köttfärs med ris	Blå Band	1	175	175
Pasta i tomatås	Real Feald Meal	1	113	113
Chiligryta	Real Feald Meal	1	117	117
Kyckling curry meny 3	Real Feald Meal	1	451	451
Stenbitsgryta meny 6	Real Feald Meal	1	467	467
Pasta Provence	Real Feald Meal	1	129	129
Kaffe	Espresso	9	3	27
Summa Middag			1923	
Övrig mat		Antal	Vikt i g	
Energidrink	Gimsöy	4	46	184
Kaffe	Espresso	3	3	9
Havrexek	Kavli	5	57	285
Russin		4	44	176
Tonfisk lime & peppar	OrifO	2	47	94
Makrill i tomatås	OrifO	3	48	144
Snickers		14	49	686
Torkat kött	Wild chips	2	46	92
Summa Övrig mat			1670	
Utrustning		Antal	Vikt i g	
Tält	Terra Nova laser competition	1	1020	1020
Ryggsäck	NoName Strippad ca 1200 gram	1	480	480
Avbärarbälte		1	184	184
Vattentät säck	Hemsydd ca 60 liter	1	121	121
Liggunderlag	Therm a rest Z-lite	1	400	400
Sovsäck	Mountain Equipment Helium 400	1	718	718
Dagturssäck/väst	Hemsydd	1	298	298
Kåsa	Vikkåsa	1	25	25
Kök	Optimus krux lite	1	74	74
Sandaler	Cap clox	1	253	253
Kastrull	Trangia 1 liter	1	102	102
Lock	pajform	1	3	3
Tamoj	Hemgjord alu	1	14	14
Spork	Light my fire Titanium	1	19	19
Tändare		2	9	18
Gas	225g	2	390	780
Tandborste	Colgate barn	1	6	6
Tandkräm		1	20	20
Toapapper	Lambi	1	91	91
Våtservetter	DAX desinficerade	14	6	84
Handduk	MSR Packtowl	1	48	48
Vattenpåse	3 liter BIB	1	38	38
Vattenflaska	0,7 liter Imsdal PET	1	33	33
Svamp	en halv ICA-svamp	1	2	2
Tvål	Sea to summit Pocket Soap	1	14	14
Packpåse	Sea to summit 8 l	1	30	30
Packpåse	Sea to summit 13 l	1	40	40
Summa Utrustning			4915	
Kläder		Antal	Vikt i g	
Underställsbyxor	T&P	1	139	139
Underställströja	T&P	1	158	158
Strumpor	Bola twinpack	1	53	53
Kalsonger	ITAB	1	123	123
Tjocktröja	m/90	1	462	462
Handskar	Hestra neopren	1	138	138
Mössa	T & P Outdoor	1	38	38
Vindjacka	Newline	1	92	92
Regnjacka	T&P	1	284	284
Regnbyxor	m/90	1	351	351
Gore-tex sockor	Gore bike wear	1	90	90
Funktionst-shirt		1	141	141
Summa Kläder			2069	
Sjukvårds utr		Antal	Vikt i g	
Sårvtättare+tops+		2	2	4
Små compeed+ 6 plåster		1	6	6
Leukoplast+sax		1	45	45
placker+stora compeed		1	9	9
Våtservetter		1	64	64
Tejp+Tramadol+alvedon		1	47	47
Summa Sjukvårds utr			175	
Övrigt		Antal	Vikt i g	
Karta		1	70	70
Kikare		1	178	178
Ficklampa		1	10	10
Mobiltelefon		1	76	76
Vävtelj	Stokvis tapes	1	59	59
Diverse reservdelar		1	18	18
Kamera		1	183	183
Solglasögon m fodral		1	40	40
Drickslang		1	75	75
Myggmedel	Mygga	1	23	23
Summa Övrigt			732	
På Kroppen		Antal	Vikt i g	
Skor	Merrell continuum waterpro	1	762	762
Byxor	T&P	1	466	466
Strumpor	Bola twinpack	1	53	53

Packningspost	Pris	Vikt g
Frukost	40,00 kr	964
Lunch	80,00 kr	1427
Övrig Mat	260,00 kr	1670
Övrigt		732
Middag	358,00 kr	1923
Kläder		2069

Totalvikt Ryggsäcken 13875

Totalvikt på kroppen 1730

Totalvikt på maten 4061

Tre för tre 2923

Dagpackning:			
Gas maxvikt			390
mössa			39
Regnkläder			635
tjocktröja			450
Handskar			138
2 x smörgås 2 x snickers			194
vattenflaska m vatten			733
Kamera			172
Kikare			178
Kök			74
Kastrull			102
Lock			3
Tamoj			14
Spork			19
Mat			
Summa Dagpackning			3141

Införskaffas

Möjlig ändring

Modifieras

Packatt och vägt

Ryggsäck 480+184+121=785

Kalsonger	ITAB	1	123	123
Hatt	Tru-Spec Bonnie hat	1	99	99
Underställströja	Ullmax	1	227	227
Summa På kroppen			1730	