

Kängor
Mobil
Stavar
~~Vattenflaskor~~Vattenflaska
Multiverktyg i bältet
Klocka
~~Naimakka~~ ~~NAIMAKKA BRACELET~~
Kompass, KOMPASS RANGER S
Kniv
Karta + plastficka
Visselpipa
Solbrillor
Kikare, ACULON T01 8X21
~~Mot mygg, IS Paisley Bandana Dusk***~~
Myggmedel, spray
~~Myggnät, mygghuva~~
~~Pannlampa, Tikka XP 2~~(Endast den mörka tiden av året)
Underställ ull byxa, Duo Active Long Johns
Underställ tröja, Duo Active Zip Neck
Mössa
Extra skor (foppatofflor)
~~Bomulströja~~
Kalsonger x3-x2
~~Kortbyxor~~
Strumpor ull tunn, 1 par, Liner Sock Coolmax
Strumpor ull tjock, 1 par, Boot Sock ullstrumpa
Vind/regnjacka, Chevalier
Vind/regnbyxa, Chevalier
T-shirt för kvällen
~~Myggnät för sovsäckar~~
Tält
Sovsäck, Skylite +13, Sovsäck
Skin Micro-Lite självuppvärmat liggunderlag
Kåsa
~~Brännare + tillbehör~~
~~Multibestick~~ Sked el. spork
Gas *2
Salt, kryddor
~~Soppåsar, cirka 5 st~~ Soppåse (lof kan det behövas fler då många inte plockar upp sitt skräp!)
Snickers (göra egna)
Ölkorv
Godis+nötter
Mat(Frystorkad)
~~Stormtändare~~
Kryddor
Pannkakspulver
Chokladpuddingspulver

Mjölkpulver
Sylt
Salt
Socker
Peppar
Gräddpulver
Tändstickor
Russin
Tändstickor vattentätta/Tändare
Termos
Eldden
Toalettpapper
Ihopfällbar vattendunk
~~Stor vattenflaska eller flera mindre~~
Disksvamp
Tändstål
Gaskök Optimus - OPT CRUX & TERRA WEEKEND HE (<http://www.outnorth.se/optimus/opt-c...rra-weekend-he>)
Bliw tvål, med skruvbar öppning 1 dl
Tandkräm +*Tandborste
~~Våtsavetter i tube (275 g)~~
Diskmedel - håll över i en miniflaska
~~Handtvål, Pocket Body Wash~~
Plastpåsar, 2 st 3 liters
Handduk
Deo/dusch
Näsdukar (används även till nr2)
~~Disksvamp - klipp av en fjärdedels~~
Smörja in fötterna
~~Liten kikare~~
Extra läggs sulor till kängorna
~~Rep/lina ca: 10 meter~~
Värmeljus
Ståltråd
Visselpipa
Sydon + säkerhetsnålar
~~Extra skosnören~~
Ryggsäck + regnskydd
Plånbok med leg. Kreditkort etc.
Resehandlingar, biljetter, telenr. Etc. (skyddat i plastpåsar.)
Husnyckel
Mobiltelefon+laddare
Klädlina
Kamelback inkl 4 L vatten
Extrarem
Vattentät påse, BIG RIVER DRY BAG 8, 20, 65L
~~Lädersmörning Vax till kängorna~~
Anteckningsbok och penna

STF.kort
Kontanter

Som tillägg, kanske mer riktade mot sjukvårdspersonal. Jag är själv sjuksköterska och kan hantera allt på listan.

Ribs sjukvårdsväska

1:a förband

Antiseptisk salva

Cerat med solfaktor

Compeed, skavsårsplåster

~~Elastisk binda~~

~~Elastisk binda + "hake"~~

Extra hud plattor

~~Fingerband~~

~~Gasbinda~~

~~Handvärmare, phoxx, 4st~~

Hörselproppar

~~Ispåse, 5st L och 5st small~~

Koksalt

Sporttejp, Vitality Sportstejp, 2 st

Sterila kompresser

~~Steril strips~~

Tigerbalsam

~~Tåvärmare, 4st~~

~~Salva lättare brännskador~~

Svala insektsbett

~~Blodstillande vadd~~

Sjukvårdstejp (brun/vit)

Pincett

~~Svalgtub~~ Hur duktig du än är, skulle du inte ensamvandra :)

Alvedon

Betapred

Tavegyl

Glucos

Primperan

Xylocain

Loperamid/Imodium

Pepcid

Druvsocker

Av de läkemedel du tagit upp har flera samma användningsområde! Stryk några. Själv har jag med mot smärta och inflammation. Men jag har inte allergier eller magproblem som du verkar packat för!