

## UITRUSTINGSLIJST: TOUBKAL EXPEDITIE



<b>Item</b>	<b>Stuks/Paar</b>	<b>Verzorgt H&amp;A</b>	<b>Verzorgt deelnemer</b>
Wind en waterdichte jas (bij voorkeur gore-tex, o.i.d.)	1	x (behouden)	
Functioneel t-shirt	1	x (behouden)	
Wind en waterdichte broek (bij voorkeur gore-tex, o.i.d.)	1		x
Warme handschoenen (bij voorkeur thermisch)	1		x
Muts / sjaal of buff (bij voorkeur fleece)	1		x
Thermische shirts	1		x
Thermische broek	1		x
Softshell	1		x
Ondertruitje (bij voorkeur fleece)	1		x
Warme sokken (naadloos)	2		x
Zonnebrandmiddel (factor 20>)	1		x
Lippenzalf (zonnebrand + verzorging)	1		x
Aftersun (optioneel)	1		x
Zonnepetje of hoedje	1		x
Compeed (blarenpleisters voor hiel)	1		x
Zonnebril (UV proof, Cat. 3 of 4)	1		x
Skibril	1		x
Veldfles/petfles/'Camelbag' (min. 1,5 L)	1		x
Thermosflesje (max. 0,75 L)	1		x
Kleren in het dal	-		x
Lichte wandel/trekkingbroek	1		x
Zwembroek / badpak	1		x
Handdoekje	1		x
Toiletartikelen	-		x
Oordopjes	1		x
Slaapzak/ lakenzak	1		x
Slaapmatje + evt. kussen (optioneel)	1		x
Stijgijzers	1	x (bruikleen)	
Rugzak (dagrugzak ong. 30 liter)	1	x (bruikleen)	
duffel		x (bruikleen)	
Telescopische wandelstokken	1	x (bruikleen)	
Gamachen (optioneel)	1	x (bruikleen)	
Bergschoenen stijgijzer vast (cat. B/C)	1		x
Koplamp	1		x
<b>Buitensportwinkels</b>			
Vaude	<a href="http://vaude.nl">vaude.nl</a>		
Rene Vos Apeldoorn	<a href="http://dewandelfabriek.nl">dewandelfabriek.nl</a>		
Fjallraven	<a href="http://fjallraven.nl">fjallraven.nl</a>		