



## Info til deltagere på Vandrertur #9

Tider, sted og rom:

- **Oppmøte:** Fredag 28. februar kl. 18:36 på parkering til Igletjern
- **Hjemreise:** Vi regner med å være tilbake på parkering til Igletjern kl. 13:06 søndag 1. mars
- **Kart:** <http://bit.ly/Vandrertur9-kart>
- **Betaling:** Denne gangen koster det 200 kr å være med. Pengene settes inn på konto 1090.24.66970 – merk betalingen med «VT9 - navn på deltager». Dere må betale innen 21. feb. for å sikre plass på turen.



Opplegget for turen er som følger:

- Fredag – Vi går et stykke i skog, bygger en enkel leir, tenner bål og spiser litt kveldsmat. **Legg merke til at det ikke blir servert middag fredag, bare sen kveldsmat. Så pass på å ha spist før du kommer.**
- Lørdag – Vi våkner i skogen, lytter på stillheten, spiser frokost ved bålet før vi rydder pent opp etter oss, drar videre til Søndagsskolehytta. Ved hytta lager vi lunsj på bål før vi gjør oss klare til turens høydepunkt – bading (for de som vil). Kvelden avsluttes med 3 retters middag og hyttekos utover nattens sene timer.
- Søndag – Våkner ganske sent inne på hytten, spiser en god frokost, rydder oss ut av hytten og spaserer tilbake til parkeringen.

Rammen for turen er som alltid bål, skog, turmat fra bunnen av, leirbålsprat, patruljedrift, samarbeide, bushcraft, mindfulness og hyttekos. *Det er lagt opp til en god del fritid / frilek på denne turen – mer enn på en vanlig vandrertur – så vi får godt med tid til å sitte ved bålet, slappe av, kose oss og bli bedre kjent. Ta gjerne med ett spill du vil spille.*

**Badeøkt:** Målet for turen er å gjennomføre isbading / øve på å gå igjennom islagt vann. Økten vil bli gjort i umiddelbar nærhet til varm hytte med gode tørkemuligheter. Vi ledere har god kontroll på gjennomføringen og den vil bli gjort under meget trygge omstendigheter. Jeg oppfordrer alle til å prøve dette, jeg kommer til å gjøre det selv, men jeg kommer ikke til å tvinge noen. Et tips er å pakke med det du trenger for å gjennomføre, selv om du ikke har lyst akkurat i dag. Det er greit å ha med når du ombestemmer deg.

**Pakkeliste:**

Det du vanligvis har med på en høst/vintertur med **aktiviteter og overnatting ute uansett vær.**

Pass spesielt på å huske dette:

- Drikkekopp i lommen (Snyltekkopp / foldekopp er mest plassbesparende)
- Dopapir i baklomma (Rull opp 4,27 meter rundt håndflaten slik at det blir flatt, pakk det i en ziplockpose eller liknende).
- Drikkeflaske med vann (min 1 liter) og spisesett
- 1,5 liter vann til felles bruk.
- Tøfler / tykke sokker til å bruke på hytten
- Gode vanntette sko (vi skal gå noen km i våt skog)
- Pakk i sekk og pass på at soveposen er pakket vanntett
- Ha plass til fellesutstyr i sekken
- Skal du være med på badeøkten så **MÅ** du ha følgene med deg
  - Ett ekstra fult sett med **ULL**undertøy (lang bukse og lang trøye)
  - Ett ekstra sett undertøy (truse / bokser og event. topp) gjerne i **ULL**
  - Ett ekstra par med **ULL**sokker – tykke
  - Badehåndkle (Gjerne i microfiber, ikke ull – det er ekkelt og funker dårlig)
  - Har du langt hår så er det lurt med badehette el. lign.
  - Lette slippers / crocs el. lign er også lurt å ha med til badingen

**NB!** Deltagerne sover patruljevise under tarp første natten på denne turen, natt to er på hytte, så hengekøyen trenger ikke være med, vi har med tarper til alle. Lommelykt er eneste form for elektronikk du trenger å ha med\*. **DVS. mobil, klokke, høyttaler, radio ol. blir igjen hjemme.** Trenger noen hjemme å få tak i deg så send SMS til Øystein på tlf. 91550554.

**Spørsmål:** Send meg en epost til [oystein.bohler@gmail.com](mailto:oystein.bohler@gmail.com)

Vi gleder oss veldig til å dra på tur med dere!

*Speiderhilsen*

*Espen, Therese, Anette og Øystein*

\* Hvis du har en sykdom som gjør at du må ha med annen elektronikk enn lommelykt så er det selvfølgelig greit. Hjemlengsel og internettkløe anerkjennes ikke som sykdom.



ALLTID BEREDT

# ØSTRE ØSTFOLD KRETS

av Norges Speiderforbund

## Deltagerliste vandrertur#9

Nina	Tomter
Aurora	Tomter
Espen	Lande
Even	Rakkestad
Markus	Rakkestad
Eirik	Lande
Adrian	Skjeberg
Kaja	Lande
Emma	Lande
Teresa	Tomter
Marie	Askim
Storm	Spydeberg
Guro	Tomter
Ina Marie	Halden