

Paklijst Couples Experience

BACKPACK

(incl. regenhoes)

SLAAPSPULLEN

- ☐ Slaapzak (voor temperaturen onder 10 graden)
- ☐ Slaapmat / kussen (iso)
- ☐ Tent (1 per koppel)
- ☐ Evt. hamer voor vastzetten haringen tent
- ☐ Eigen toiletpullen
- ☐ Zaklamp

KLEDING (LET HIERBIJ GOED OP WEERSVOORSPELLINGEN!)

Zorg voor meerdere dunne lagen

- ☐ Stevige broek/korte broek/afritsbroek
- ☐ Warme jas (voor 's avonds in de bivak)
- ☐ Shirt met lange mouwen, shirt met korte mouwen
- ☐ Sweater/fleecevest
- ☐ Ondergoed (thermo)
- ☐ Ondergoed voor 's nachts (droog)
- ☐ Sokken (tip: 4 paar)
- ☐ Hoofddeksel, pet, muts o.i.d.
- ☐ Regenbroek/regenjas (afhankelijk van weersvoorspellingen)
- ☐ Lichte schoenen (gympen) als je dat fijn vindt om in het bivak op te lopen
- ☐ Badkleding: bikini/badpak/zwembroek & handdoek mee!
- ☐ Tip: Zonnebril

KOKEN EN ETEN

- ☐ Schuursponsje
- ☐ Bord/eetbakje
- ☐ (Zak)mes, lepel, vork ([spork](#))

DAGBEPAKKING (RUGTAS)

DAGRUGZAK (zo klein mogelijk) moet bevatten:

- ☐ Paspoort / ID (waterdicht verpakt)
- ☐ Verzekeringsspolis
- ☐ ICE (In Case of Emergency, telefoonnummer thuis)
- ☐ Bijbel (altijd bij je dragen)
- ☐ Droge sokken (1 paar)
- ☐ Waterfles(sen) voor minimaal 1 liter water p.p.
- ☐ Hoofdlamp
- ☐ Toiletpapier of zakdoekjes
- ☐ Eigen medicijnen
- ☐ Handdoek
- ☐ Veiligheidshesje (verplicht op openbare weg)
- ☐ Zonnebrandcrème
- ☐ Anti-teken middel, tekentang
- ☐ Anti-mug (Deet, Care Plus)
- ☐ (Blaar)pleisters
- ☐ Pen & notitieboekje
- ☐ Plastic zak o.i.d. om op te zitten
- ☐ Paracetamol/ibuprofen
- ☐ Optioneel voor vrouwen: plastuit
- ☐ Tip: zonnebril en/of hoofdbedekking
- ☐ Stevig bord/eetbakje
- ☐ Mok
- ☐ Mes, lepel en vork (tip: spork)