

## ARCTISCHE PAKLIJST.

Je kunt je maximaal 80 liter meenemen. De weersomstandigheden aan de kusten van Groenland en Spitsbergen worden bepaald door de warme golfstroom. Het is er in de zomer gemiddeld 6 graden. Planten staan in bloei, fris voorjaarsweer met soms nawinterse buien. Dicht bij de grote gletsjers kan het kwik rond nul graden blijven steken. Als het dan flink doorwaait kan de gevoelsthermometer gevaarlijk laag staan. Een klein ongelukje is dan voldoende om onderkoeld te raken.

- Documenten: Geldig paspoort of geldige identiteitskaart.  
Kopie van je verzekering en gegevens en thuisfront.
- Slaapzak: -20 graden, Synthetisch is een betere keuze dan dons.  
Lakens, kussens en slopen liggen voor je klaar aan boord.  
  
Kleding algemeen:  
Als dons of dikke voeringen goed nat worden, drogen ze niet meer.  
Bouw je bescherming op in dunne lagen. Kies wol of techno.  
Vermijdt katoen, het houdt vocht vast waardoor je gaat afkoelen !!
- Basis: 1 setje kort+ 1 setje lang techno ondergoed,  
sokken van modern vezels of wol, minstens 5 paar.
- Warm: Meerdere dunne lagen, toereikend voor enkele dagen subzero.  
Shirts en truien van fleece of wol.
- Een zeilpak heeft voorkeur of sterke en goed sluitende regenkleding.  
Ruim genoeg dat er er meerdere lagen onder kunt dragen.  
Moet opgewassen zijn tegen ruw weer.
- Mutsen, extra meenemen voor nat of verlies.  
handschoenen: (waterdicht) 1x dik, 1xdun (fleece droogt snel)
- Voeten:  
Aan boord: Zeilschoenen of sportschoenen die niet zwart strepen.  
Aan boord binnen: warme slofjes.  
Aan dek: Met zeillaarzen kan je helemaal mee doen.  
In het terrein: Stevige hoge wandellaarzen of,  
stevige Goretex wandelschoenen in combinatie met:  
Neos overschoenen zijn een uitkomst bij dinghy landings en  
doorwaden van diepe plassen:
- Dagrugzakje
- Kleine zaken:  
zonnebril.  
Zwemgoed voor een polar dip en factor 20 zijn ook handig.  
Zeeziekte tabletten, mocht je ze onverhoeds nodig hebben.  
Persoonlijke hygiënespullen, washandje en handdoeken  
240V laders voor je camera etc
- Worden we verrast door hoge temperaturen en weinig wind, kunnen  
muggenwolven hinderlijk zijn: muskietennetje en muggenverdrijver
- Investeer in een camera die een slok water kan hebben, zout is funest.  
Een eerste klas waterdichte verrekijker is best duur, het is een  
investering waar je nooit spijt van zult hebben.

Laat je informeren door ervaren buitensportzaken:

Zwerfkei, Woerden, kan je ook van dienst zijn met Neos overschoenen.

18 feb 2016