



**Pionjärerna**  
alltid redo för goda gärningar

# Vinterhajk

Som vi har längtat!  
skridskor  
bastu  
badtunna  
isvak  
vindskydd  
god mat  
mys

**start:**

2017-01-27 18:00 Parkeringen i Fjällnora

**slut:**

2017-01-29 14:00 Parkeringen i Fjällnora

Hajken kostar 200 kr, betalas kontant eller med Swish.  
Anmäl dig senast onsdag den 25/1 genom att ringa eller mejla Sannah.

sovsäck  
2 liggunderlag  
sovkläder (t.ex. underställ)  
mössa (natt-)  
stövlar / kängor  
varm tröja  
vindtät jacka  
handskar, vantar  
extra strumpor och sockar  
underkläder

underställ, ull eller syntet  
toalettsaker (ev. medicin)  
kåsa / mugg, bestick, tallrik  
termos med hett vatten  
kniv  
pannlampa  
200 kr  
badkläder, handduk (ev. badskor)  
ev. skridskor, hjälm och isdubbar

Klä er i flera luftiga lager, då hålls värmen kvar kring kroppen.  
Ha en sovsäck som har en komforttemperatur på minst -10 grader.  
Man kan även kombinera två sovsäckar eller komplettera med filtar.  
Marken är kall på vintern, använd därför tjockare eller helst dubbla liggunderlag för att hålla borta kyla och kondens.

Pionjären packar allt i en ryggsäck under förälders uppsikt.  
Allt ska vara märkt med pionjärens namn.

Anmälan skall innehålla följande:

Pionjärens namn  
ev allergier och mediciner  
Målsmans namn och mobilnummer

Sannah Mika  
0731-80 74 91  
sannah@mika.se