

Friluftsmode? : Grej og Udstyr

"Who so would be a man, be a nonconformist ... nothing is at last sacred but the integrity of your mind ... I am ashamed how easily we capitulate to badges and names, to large societies and dead institutions ... If we live truly we shall see truly ... "

– Ralph Waldo Emerson: "Essays, First Series", 1841, p3

Mode er en sær ting. Egentlig er det underligt, at mennesker i den grad ønsker at være ens – og oven i købet ofte samtidigt med et ønske om at skille sig ud fra mængden...

Forvirret? - det kan man nemlig let blive, når man ser en moderne butik med grej til friluftsliv. Hylderne bugner af farvestrålende gevanter, hvor producenterne alle sammen påstår, at lige netop deres grej er testet under de hårdeste forhold på Himalayas tinder eller i Malaysias jungler. - Gad vide, hvor mange af de jakker, der findes i moderne friluftsbutikker, der er testet til at være ekstremt gode til efterårets svampetur?

Fabrikanterne af friluftsmode udsender nu både forårs-, sommer-, efterårs- og vinterkollektioner, hvilket selvfølgelig resulterer i en myriade af forskellige spraglede beklædningsgenstande, ligesom det mærkværdigvis også resulterer i, at en hel masse mennesker slet ikke mener sig i stand til at dyrke friluftsliv uden at have det nyeste udstyr hele tiden.

Nogle vil sige, at der sker produktforbedringer med hver kollektion. Det er formodentligt også et ubestrideligt fakta; mit spørgsmål er blot, om disse såkaldte produktforbedringer er mærkbare for andre end lige netop de få udvalgte stakler, som hænger under en couloir ved K2's top?

Men i dagens Danmark har modereklamerne indprentet den ukritiske del af befolkningen, at friluftstøj sender et signal om sejhed, og desto mere ekstremt tøjet er, desto mere sej er bæreren af tøjet. Det ses tydeligt, når man en sjælden gang har forvildet sig ind i bymidten i en storby – midt i myretuelivet er alle tilsyneladende beklædningsmæssig ekviperet, som om en masseexodus til Aconcagoua var umiddelbart forestående.

Friluftsmoden er med til at dræne almindelige menneskers finansielle råderum for midler, som i stedet kunne være anvendt på rejser eller oplevelser; men derudover bevirker den tiltagende fokusering på teknisk grej en fjernelse af fokus på de personlige kompetencer.

Der findes teknisk grej, som forsøger at erstatte personlig kompetence, til næsten alle grene af friluftslivet. Med GPS-enheder kan begynderen finde vej i de sværeste områder, og med

moderne telte, soveposer og beklædningsgenstande kan man relativt komfortabelt overnatte under selv meget hårde forhold. Mange vil kalde det en god og prisværdig udvikling.

En så ensidig fokus på teknisk grej gør dog mennesket mere sårbart og afhængigt af grejet. Vedkommende overlever de hårde forhold alene på grund af veldesignet grej – ikke på grund af personlig viden, kompetence og friluftshåndværk.

"Paradoxially, simple life is extremely dependable on a high skills level, and may well require more courage and commitment"

– Colin Mortlock: *"The Adventure Alternative"*, 1984, p94

Mit spørgsmål er så : Hvem stoler du mest på – dit grej eller dig selv?

Leder- og deltagerudstyr:

Det kan synes realistisk at antage, at lederen af en friluftstur i forvejen er friluftinteresseret og derfor gennem egne erfaringer og oplevelser har haft lejlighed til at sammensætte sit personlige friluftsudstyr; hvorimod deltagerne ofte er på tur for første gang og derfor ikke råder over et større sæt udstyr. Kapitlet her vil derfor dreje sig om udstyrsudvælgelse i forhold til:

Almindeligt turgrej:

- Rygsæk
- Sovepose
- Liggeunderlag
- Vandrestøvler
- Påklædning
- Øvrigt udstyr
- Kogegrej
- Telte

Herudover findes en mere detaljeret gennemgang af forskelligt sikkerhedsmæssigt betinget udstyr som det hovedsageligt vil være relevant for turlederen at medbringe.

Rygsæk:

Rygsækken har gennemgået en utrolig udvikling blot i de sidste 20 år. Fra at være store ”poser”, som blev påspændt forskellige rammekonstruktioner, er en rygsæk i dag en avanceret konstruktion af kulfiber, aluminium og kunstfibre beregnet på at være så ergonomisk og anatomisk korrekt som muligt.

Grundegenskaber:

De egenskaber, som hovedsaglig karakteriserer en god rygsæk til langtursbrug, er dens lave egenvægt, dens høje placering af tyngdepunktet, dens soliditet og bærekomfort. En lav egenvægt er selvfølgelig en fordel, fordi man så ikke skal bære så mange kilo; men rygsækken kan også blive for let! .. - Stoffet skal være i god kvalitet og af en betryggende tykkelse, ligesom rammen (hvad enten denne er udvendig eller indvendig) skal være konstrueret solidt.

Anatomisk konstruerede rygsække med indvendig ramme er konstrueret med aluminiums skinner, som følger ryggens krumning. Enkelte nye rygsække er også forsynet med stabiliserende buer af kulfiber eller plastmateriale.

Til alle former for vandring (inklusive vandring med snesko) er det vigtigt, at rygsækkens tyngdepunkt ligger højt. Tyngdepunktet skal helst ligge lige mellem skulderbladene helt inde ved ryggen. Herved placeres rygsækkens tyngdepunkt og vandrers tyngdepunkt på en lodret linie, så vandrers bevægelser bliver så naturlige som muligt, uden unødige belastninger af ryg og muskulatur. Rygsækken skal kunne tilpasses bæreren mht ryglægde og tyngdefordeling mellem hoftebærebæltet og skulderremmene. Helst skal 40% af rygsækkens vægt bæres gennem skulderremmene og 60% på hoftebærebæltet

Rammerygsække vs. Anatomiske rygsække:

Rygsække kan generelt inddeles i to hovedgrupper:

1: Den klassiske rygsæk med udvendig ramme og påspændt sæk.

2: Den anatomisk konstruerede integrerede rygsæk, hvor sæk og ramme udgør en samlet enhed. Ofte består rammen her af et par metalskinner og en mængde formstøbt polystyrenplast. Begge typer har klart både fordele og ulemper i forhold til hinanden.

Ved den klassiske rammerygsæk er ting som rumindhold og størrelse stort set irrelevante, idet konstruktionen muliggør påspænding af extraudstyr. Rygsækken med den udvendige ramme er meget robust, dog skal man være omhyggelig med at kontrollere ophængen før køb. Rammerygsække af den klassiske type kan være en fordel til længere expeditions-lignende ture, hvor der virkelig er brug for soliditet. Til de allerfleste ture for almindelige friluftsfolk vil de anatomisk rygsække sandsynligvis være at foretrække - til rigtig tung last findes der militære versioner af den anatomiske rygsæk. Stadig vil rammerygsækken dog have flere påspændingsmuligheder, og har man i sjældne tilfælde brug for at transportere stor mængde "gods" på ryggen, kan en god rammerygsæk være uvurderlig. Rammen kan også fraspændes rygsækken og medbringes fx til kanoture, hvor kanotønderne kan

påspændes rygsækrammen ved porteringer.

Valg af rygsæk er således et meget personligt valg, og det er vigtigt, at man prøver rygsækken med vægt! Friluftsboutikkerne har oftest sandsække el. lign. således at man kan prøve sækken med en realistisk vægt. Kun på den måde kan man på et fornuftigt grundlag afgøre, hvorvidt den pågældende rygsæk føles rigtig på ens egen ryg.

Solid konstruktion er vigtig:

Selvfølgelig skal rygsækken under alle omstændigheder være konstrueret solidt og robust. Syningerne bør være forstærkede og syet med extra stærk tråd. Alle vigtige fæstepunkter bør være forstærket - enten ved pånittede læderforstærkninger - eller på anden måde. Remmenes spænder bør på alle vigtige steder være konstrueret af stål og ikke plast. - Selvom plastspænderne har undergået en kolossal forandring inden for de seneste år, er stål stadigvæk det mest stabile valg. Plasticspænder har endvidere en tendens til at blive skøre i stærk kulde. Er man alligevel af den opfattelse, at plastspænder er de mest praktiske, så sørg for, at de er af absolut topkvalitet. - Spænderne fra "National Moulding" plejer at holde, selv i ret koldt vejr.

Afvejning mellem solid konstruktion og let vægt er altid vanskelig; men grundlæggende handler det om, hvorvidt man er i stand til altid at behandle grejet pænt, og om hvorvidt ens turformer betyder store knubs til grejet. En rygsæk, som kun skal holde til den vægt, der bæres, og ikke til alle mulige knubs og påvirkninger, kan laves meget let!

Størrelsesinddeling:

Rygsække deles normalt efter størrelse i dagturssække (20-35l), vandrerygsække (50-75l) og expeditionssække (85 – 130l). I mange tilfælde kan det dog være nødvendigt for turlederen, at medbringe en større rygsæk, end vedkommende ville gøre på en solotur på samme strækning, idet der for det meste findes forskelligt fællesudstyr, der skal transporteres

For ledere og instruktører på friluftsture vil det derfor i de allerfleste tilfælde være en fordel at benytte en solid og stor rygsæk af en gedigen konstruktion – som fx én af de ældre rammerygsække, hvis man føler sig fortrolig med disse.

Derimod vil det for deltageren formodentlig være spild af penge at investere i en dyr kvalitetsrygsæk til den første friluftstur. En friluftstur for unge mennesker bør være tilrettelagt således, at det ikke er nødvendigt for deltagerne at investere i dyrt og specialiseret vildmarksudstyr. - I en billig 65 liters rygsæk kan der pakkes proviant og grej til en uge i sommerfjeldet! - og holder man vægten på et fornuftigt leje, er bærekraften på sådanne sække som oftest også helt i orden.

Til unge, som skal benytte rygsækken til friluftsture o.l., vil en størrelse på 50- 65 liter normalt være passende.

Improvisation:

Rygsækken - som vildmarksfolk ofte refererer til både som trofast følgesvend og som hver dags byrde og plage - behøver ikke nødvendigvis at være dyr, flot og moderne for at være komfortabel at anvende.

Rygsække kan udmærket laves selv. -Form, farve, rumindhold og mængden af lommer og påspændingsmuligheder bestemmes da kun af brugerens egen ihærdighed i udformingen.

Ud over gør-det-selv mulighederne kan fuldt anvendbare rygsække fremstilles i vildmarken af naturens egne materialer! - En mulighed, som kan være en løsning, såfremt den normale rygsæk skulle gå i stykker.

Rygsækkens grundstruktur er rammen. Et hvert forsøg på selv at konstruere en rygsæk må derfor tage sit udgangspunkt i rammen. Rammen kan - i håndværksmæssig flotteste stil - konstrueres i formspændt krydsfiner, men kan også mere primitivt konstrueres af fx. birkegrene bundet sammen med granrødder!

Hjemmelavet anatomiske rygsæk i mellemstørrelse:

Til mindre tunge transporter er en anatomisk rygsæk klart mere behagelig i anvendelse. Fotos her viser en hjemmelavet én af slagsen. Jeg har lavet den uden hoftebærebælte, fordi det passer bedre til min anvendelsessituation, men en normal anatomiske rygsæk er selvfølgelig forsynet med hoftebærebælte. Rygsækken er meget let i forhold til rammerygsækkene (vejer omkring 1200 gram), hvilket jo også er med til at nedbringe den samlede mængde vægt, der skal bæres.



En anden fordel ved de anatomiske rygsække er, at de ofte er smallere end rammerygsækkene, hvilket kan være en fordel i mange forskellige situationer. De anatomiske rygsække er – selvom der er påspændingsmuligheder på mange – egentlig ikke beregnet, til at man skal påspænde en hel masse udstyr udenpå; det forrykker nemlig den bærekraft, rygsækken er designet med

Hudson bay pack:

Hudson Bay Pack er ikke en rigtig rygsæk, men alligevel en metode til at medføre udstyr og grej på en komfortabel måde. Metoden har navn efter dens opfinder - forrige århundredes canana-pionerer.

For at lave en Hudson Bay pack behøver man et forholdsvis stort stykke stof, presenning, poncho el. lign. af forholdsvis kvadratisk form. Presenningen placeres på et plant underlag, hvorefter grejet fordeles langs den ene side af presenningen, som derefter rulles. Den nu rullede presennings ender bindes sammen med lidt sejl garn, og pakkens svinges over skulderen.

Eneste ulempe ved metoden er, at hele pakken skal rulles op for at komme til grejet. Bl.a. derfor benyttes metoden hovedsagligt til transport af proviant og andet, som ikke behøves under selve vandringen.

Selvgjort er velgjort!

På en friluftstur er det vigtigt at gøre sig klart, at det for deltagerne vil være en helt speciel

oplevelse at benytte selvgjort udstyr. Derudover sikrer et kendskab til mere primitive gør-det-selv metoder endvidere, at lederen er i stand til at tillempe mindre gode kommercielt producerede rygsække til den aktuelle situation. - Fx. ved at forstærke rammen, ændre balancen, osv.

Sovepose:

Den varme sovepose er et myte! - Soveposer varmer nemlig ikke, de opvarmes derimod af kropsvarme og isolerer mod omgivelsernes kulde.

Egenskaber:

Kravet til soveposen er, at den skal være forholdsvis let, samtidig med at den opretholder en høj isolationsevne. Forskellige producenter markedsfører deres forskellige løsninger på problemet med at kombinere lav vægt og høj isolationsevne; men selv om løsningerne til tider er vidt forskellige, er der dog visse fællestræk ved kvalitetssoveposer, som det vil være formålstjenligt at gøre sig bekendt med.

Vigtigst er formodentlig spørgsmålet om isolationsmateriale. Materialers isolationsegenskaber kan beregnes rent fysisk ud fra konstanter som fx. varmfylde, osv. Det viser sig, at den absolut bedste isolator er totalt vakuum; men denne løsning er i sagens natur ikke særlig velegnet til soveposer! Det næstbedste isolator er stillestående luft! - ganske almindelige atmosfærisk luft.

Dun vs. syntetfyld:

Problemet ved valg af isolationsmateriale ligger derfor i at vælge et materiale, som fylder meget (indeholder meget luft), men samtidigt har en meget lav egenvægt. Traditionelt har man valgt imellem naturmateriale (dun) og kunststoffylde (fibre).

Dun har den højeste isolationsevne pr. vægtenhed, idet indeholder mest luft. Til gengæld er dun også det materiale, som koster mest, og som behøver størst omhyggelighed i anvendelse og pleje. Gåsedun betragtes normalt som det bedste valg til soveposer. Hvert enkelt dun består af en kerne med en masse små tråde stikkende ud til alle sider. Mellem alle de små dun er der derfor meget luft, som leverer selve isolationen. Dunsoveposer er dog også forbundet med en del ulemper, idet dun taber sin isolationsevne næsten totalt, hvis det bliver vådt. Dunene klapper simpelthen sammen, så de ikke kan rumme den isolerende luft. Selve tørringsprocessen med en gennemvåd dunsovepose tager flere dage, hvorfor det ikke normalt kan lade sig gøre undervejs på turen. Derfor er det af ultimativ vigtighed, at en dunsovepose forbliver tør. Endelig tåler dun ikke komprimering over længere perioder. Den korrekte måde at opbevare en dunsovepose på er derfor ophængt.

De syntetiske fyld-typer af god kvalitet er dog ikke så meget ringere en dun. Faktisk vil en god syntetfyld-sovepose overgå de fleste dun-soveposer i samme prisklasse; idet gode dun-soveposer er rigtigt dyre. Til de anvendelsesområder, som denne bog dækker, vil syntetfyldposer derfor i meget udstrakt grad være at foretrække, idet de er meget mere robuste. Til helt extreme expeditioner og alpin bjergklatring, bevarer dun-soveposerne dog deres føring, fordi de er lettere.

Konstruktion og syning

Soveposens konstruktion er af meget stor betydning for dens isolationsevne. Syningen skal være gjort således, at der ikke kan dannes kuldebroer. En kuldebro dannes, når der pga. gennemsyning el. andet er et område, hvor isolationsmaterialet er klemt sammen el. har forskubbet sig.

Den gennemgående syning vil give anledning til kuldebroer, idet der ikke er nogen isolation i syningerne. En rigtigt konstrueret sovepose har ingen kuldebroer, og selve syningen er foretaget således, at ingen syninger er gennemgående.

En anden ting, som kan danne kuldebro, er lynlåsen. Det er af absolut vigtighed, at lynlåsen er forsynet med en vindflap. På vintersoveposer findes der normalt isolerede vindflapper på både indvendig og udvendig side, således at lynlåsen ikke danner en kuldebro. Extreme vintersoveposer til expeditionsbrug har slet ingen lynlås.

Soveposens yderside bliver udsat for en del påvirkninger. Man skal derfor vælge en sovepose med en yderside af meget stærkt stof, som fx. ripstop nylon. Flere producenter behandler soveposens yderside med silicone-præparater for at gøre ydersiden enten vandafvisende el. helt vandtæt. I forhold til normalt friluftsliv vil det være en fordel at vælge soveposer, hvor ydersiden har fået en sådan siliconisering.

Varmetab:

En person, som sover udendørs, er udsat for varmetab fra tre forskellige områder:

- Varmetab gennem soveposen
- Varmetab gennem underlaget
- Varmetab gennem indåndingsluften

Det væsentligste af disse varmetab sker gennem underlaget. Til vinterforhold benyttes derfor gerne to underlag, som lægges oven på hinanden. Det kan fx være et almindelig underlag nederst og et selvoppusteligt øverst (pga den bedre komfort)

Det næstvigtigste varmetab sker gennem indåndingsluften. Hvis man derfor kan knytte

hætten i sin sovepose så meget sammen omkring ansigtet, at man kan opvarme indåndingsluften med sin udåndingsluft, har man løst et meget væsentligt problem i forhold til at forblive varm, medens man sover. Det er også grunden til, at man normalt har det varmere, når man sover i telt, end hvis man blot ligger i bivuak.

Varmetabet gennem soveposen er således (med mindre det er en meget ringe sovepose) det mindst væsentlige i forhold til at forblive varm. Man kan således i mange tilfælde klare sig fornuftigt med en middelgod sovepose, såfremt man benytter et par gode underlag. Sover man udenfor og benytter bivuakpose eller lignende overtræk, er det således en god ide at sikre sig, at det valgte bivuakovertræk kan trækkes helt hen over hætten på soveposen, således at man sikrer sig et varmt område omkring indåndingszonen.

Komfort- og overlevelsestemperatur:

En sovepose beskrives normalt ved dens komforttemperatur. - Altså den laveste temperatur, hvor et normalt gennemsnitsmenneske kan ligge i soveposen uden at fryse. Det siger sig selv, at en sådan angivelse aldrig kan være særlig nøjagtigt. Endvidere benyttes der forskellige test-metoder; derfor kan temperatur-angivelserne knap nok benyttes til at sammenligne to soveposer fra forskellige fabrikker.

I stedet kan man se på andre indikatorer. Fx. kan man sammenligne kvaliteten og mængden af fyld i de to soveposer. Endvidere kan man lægge soveposen fladt på gulvet og måle tykkelsen af den. Nedenstående tabel angiver sammenhængen mellem tykkelse og komforttemperatur.

Temperatur	Tykkelse af soveposen
0	5 cm
-5	6 cm
-10	7 cm
-20	8 cm
-30	9 cm
-40	10 cm

Tabellen er udarbejdet pga. velkonstruerede soveposer med fyld af gennemsnitlig kvalitet. Endvidere forudsættes det, at der anvendes liggeunderlag på mindst 1 cm tykkelse. Endvidere er der ikke taget højde for vindafkølingsfaktoren.

Forbedringsmuligheder:

En soveposes ydeevne kan forbedres betydeligt ved at anvende inderpose eller bivuakovertræk. Afhængig af konstruktionen kan hver af disse forbedre soveposens temperaturgrænse med 5 - 10 grader hver. Inderposerne konstrueres normalt af lette materialer som fleece, meraklon el. lign, mens bivuakovertrækkene normalt er lavet således, at de er helt vandtætte, men at oversiden alligevel kan "ånde".

Improvisationsmuligheder:

Hvis du skulle stå i den situation, at du er tvunget til at overnatte i vildmarken uden sovepose, er der flere muligheder for at holde sig varm natten igennem.

Som et kuriosum kan nævnes en metode, som efter sigende benyttes af de svenske elitesoldater! Metoden består i at grave sig i til halsen i en myreture. Den skulle efter sigende isolere nok selv til vinterbrug. - At man så formodentlig skal være overordenlig træt for at få lukket et øje et sådant sted er en anden sag!!

En mere human løsning er at tilvirke en nødsovepose af to plasticposer i størrelse ca. 2x1 meter. Plasticposerne lægges inden i hinanden, og mellemrummet fyldes op med tørt græs, tørre, blade, osv. Du skal sandsynligvis regne med en tykkelse på omkring 10cm for at holde dig varm i forårs- og efterårsnætterne, hvor temperaturen kan komme ned omkring frysepunktet. Om sommeren kan mindre gøre det.

Metoden har den ulempe, at kropsfugten kondenseres i den inderste pose, hvilket bevirker, at personen, som benytter metoden, vil blive våd, hvilket kan være generende om morgenen, når man skal bevæge sig ud af soveposens varme.

Om du hører til den gruppe af mennesker, der som en sikkerhedsforanstaltning altid medfører kniv og overlevelseshjælp, kan det overvejes at inkludere et par plastic-poser i nøddrustningen. Det er selvfølgelig også muligt at tilvirke et par poser af samme størrelse af letvægtsstof som pilotnylon eller pertex. Et sådan nødsovepose vil sammenklappet være til at bære i en skjortelomme; men være næsten lige så anvendelig som normale sommer-soveposer, idet kondensationproblemet er løst, fordi stofposerne er åndbare – i modsætning til plasticposerne.

Liggeunderlag:

For at beskytte kroppen mod jordens kulde anvendes et liggeunderlag. Førhen anvendte man rensdyrskind eller luftmadrasser til dette formål; men også på dette område er den moderne udvikling slået igennem. Nu om dage produceres liggeunderlag af enten lukket cell-plast eller selvpusteligt skum-plast.

Liggeunderlag af cell-plast-typen:

Underlaget er fremstillet af kunststof på grundlag af polyeten/vinyl. Underlaget er konstrueret af små vand- og lufttætte plastceller. Dette bevirker endvidere, at liggeunderlaget holder sig flydende på vand. Et sådant liggeunderlag bør være af 1 cm. tykkelse til sommerbrug og imellem 12 mm og 20 mm tykkelse til vinterbrug. To sommerunderlag kan sammen bruges som et vinterunderlag.

Selvoppustelige liggeunderlag:

Der findes også de såkaldte selvoppustelige liggeunderlag. Det er en videreudvikling af den gammelkendte luftmadras. De selvoppustelige liggeunderlag består også af celle-indelt plastmateriale; blot er cellerne ikke lukkede i dette materiale. Dette bevirker, at underlaget vil puste sig selv op; man skal dog huske at lukke ventilen, inden man benytter underlaget, idet man ellers vil tvinge luften ud af underlaget igen.

Anvendelighed:

Liggeunderlaget af lukket cell-plast er nok det mest anvendelige til vildmarksture, idet det er langt mere robust og solidt. Endvidere vejer det selvoppustelige liggeunderlag en del mere. Komforten er dog noget bedre med det selvoppustelige.

Improvisering:

Liggeunderlagets funktion er at isolere fra jorden. Dvs. at enhver ting, som kan benyttes til dette formål er anvendelig.

Grundreglen fra overnatning ude - både sommer og vinter er: Hav meget under dig, lidt på dig og meget over dig. Dvs. bl.a. sige, at ens tøj gør bedre gavn, hvis man breder det ud i (eller under) soveposen.

Et udmærket liggeunderlag kan tilvirkes af friske granris. Granrisene stikkes skråt i jorden eller i sneen i samme retning, således at en soveplads tilsidst er dækket. Da lægges et lag granris mere ovenpå i samme retning som det nederste. Det er vigtigt, at det er samme retning, så granrisene ikke føles prikkende; men fjedrer under belastning. (Bemærk at sitkagran er absolut uanvendelig til sådanne formål)

Vandrestøvler:

Gammeldags gummistøvler er de eneste, som er helt vandtætte. Derudover kan man vælge imellem læderstøvler og cordura/ruskind- kombistøvler.

Til weekendture herhjemme og lettere vandring finder de fleste nok støvler lavet af

cordura/ruskind-kombination optimale. Materialet er nemlig meget lettere end læderstøvler. De behøver ikke at blive "gået til", og de kan let imprægneres med en silicone-imprægneringsspray.

Visse støvler af denne kombi-typen har en inderstøvle med en diffusionsmembran. Støvler af denne type skulle i teorien være helt vandtætte, samtidig med at de er åndende, men konstruktionen er meget vanskelig at gøre langtidsholdbar – og man skal op i nogle ret dyre modeller af denne type, førend man kan regne med, at de kan holde til seriøs fjeldbrug.

Gode kvalitets vandrestøvler er en nødvendighed, hvis man vil deltage i seriøs vandring.

Modekatalogernes "trekkingstøvler" af nylon, ruskind, spalt, og lignende andenrangsmaterialer ser flotte ud på modefotos, men holder ikke længe i rigtig vildmarksterræn. I vildmarken har man et seriøst behov for at kunne stole på sine støvler. Derfor sættes der normalt lighedstegn mellem vandrestøvler og læderstøvler. Det lyder meget hårdt, og givetvis kan mange forskellige former for fodtøj bruges på en almindelig sommerfjeldstur; men det er et faktum, at støvler slides meget, når underlaget består af klipper og sten. Små skarpe sten skal helst ikke kunne skære støvlerne op!

Vandrestøvlens egenart:

Valg af vandrestøvler er vanskeligt. Alene det faktum, at der ikke findes en "perfekt" støvle, (selv om nok så mange reklamer lover det) er betegnende for problemets karakter.

En vandrestøvle skal være robust og solid, samtidig med at den skal være let. En vandrestøvle skal være vandtæt, samtidig med at foden skal kunne ånde. En vandrestøvle skal kunne tåle at blive brugt i hårdt terræn med hårde stenkanter og ujævnt underlag, samtidig med at støvlen skal føles blød og smidig omkring foden. En vandrestøvle skal give anklen og foden god støtte og skal beskytte foden mod slag og stød, samtidig med at støvlen ikke skal være så hård, at den skaver, etc. - Alt i alt vil enhver støvle derfor repræsentere en eller anden form for kompromis.

En god vandrestøvle har en tyk sål med et godt profilmønster, som giver sikker gang selv på glatte klippeflader. Endvidere skal støvlen være konstrueret af kvalitetslæder. - Gerne i dobbelt lag, således at det yderste lag er hårdt og stærkt, medens det inderste lag er blødt og smidigt. Syningerne skal være to el. tre-dobbelte og syet med en forholdsvis tyk tråd.

Vedligeholdelse:

Selv en rigtig kvalitetsstøvle er ikke helt vandtæt. Støvlerne skal vedligeholdes dagligt for at opnå egentlig vandtæthed. Dagligt inden vandringen påbegyndes, påsmøres støvlerne et lag

lædersvæerte, som pudses ind i læderet med en middelblød børste. Syningerne påsmøres også svæerte for at tætne. Siliconeimprægnering og andre modepåfund bør normalt ikke anvendes på læderstøvler. Det har en tendens til at ødelægge syningerne og sprænge cellerne i læderet. Ligeledes findes der forskellige typer af svæerte og læderfedt, hvoraf nogle blødgør læderet så meget, at den beskyttende stivhed i læderet forsvinder. Hvis du er i tvivl, så køb disse vedligeholdelsesmidler samme sted, som støvlerne bliver købt eller hos anden faglig kvalificeret.

Tørring af læderstøvler foregår ved let varme og evt. med avispapir el. lign stoppet i støvlen. For hurtig tørring (fx. ved bålvarme) kan sprække læderet og sprænge syningerne.

Tilgåning:

Støvler skal gås til før den egentlige tur. Ved længere tids vandring udvider foden sig, så tilgåning af et par støvler gøres ikke ved blot at gå en slentretur rundt i byen. For læderstøvler findes en effektiv måde, hvormed støvlen former sig efter fodens form:

Man tager støvlerne på, stiller sig derefter i 20 cm vand et kvarter eller indtil støvlerne er totalt gennemvåde. Derefter går man med fuld oppakning, indtil støvlerne er gennemtørre. (Metoden bør - af selvindlysende årsager - kun anvendes på varme sommerdage!)

Påklædning:

Den menneskelige kropstemperatur er normalt på 37 grader celcius. Den skal holdes konstant, og påklædningen skal være tilpasset de ydre vejrforhold, - vind, væde og temperatur. Endvidere skal påklædningen beskytte mod insekter. Desuden skal påklædningen selvfølgelig være robust, slidstærk, ventilerende og praktisk.

Diffusionsmaterialer:

De nyere materialer som fx. Gore-Tex. er vandtætte, samtidig med at en del af åndbarheden er bibeholdt. Denne egenskab opnås (lidt forenkelt) ved at forsyne det vandtætte materiale med en masse små porer, som hver især er store nok til at slippe damp-molekyler ud fra kroppen, men samtidig er for små til at vand-molekyler udefra kan passere indefter.

Gore-Tex beklædning sælges normalt som 2-lags eller 3-lags. Selve Gore-Tex er en membran som i 2-lags tøj lamineres fast på indersiden af ynderstoffet. Dertil føjes så et for-stof som fx. meshfor. 3-lags Gore-Tex tøj konstrueres normalt til mere extreme belastninger end 2-lags. I 3-lags tøj benyttes om oftest et kraftigere yderstof og fast for.

Bomuld/Polyester blanding:

Bomuld/polyester -blandinger er i årevis blevet benyttet til friluftstøj. Fx. benytter Fjällräven

en bomuld/polyester-blanding kaldet G-1000. Bomuld/Polyester-blandinger kan gøres helt vindtætte og kan endvidere imprægneres således, at de bliver meget vandafvisende.

Uld:

Uld er som sagt et rent naturmateriale. Uld bibeholder isolationsevnen, selv om det bliver vådt. Uld er lagsomt om at tørre; men til gengæld kræver det ikke vask så tit som andet undertøj. Uld er velegnet til kolde situationer med lav kropsaktivitet.

Polypropylen:

Polypropylen har den egenskab, at det kan transportere sveden væk fra huden. Polypropylen er ekstremt hurtigttørrende - bla. fordi det ikke kan absorbere vand. Polypropylen holder derfor hele tiden huden tør, hvilket bevirker, at det føles varmt, selv om det ikke har nogen høj isoleringsevne. Polypropylens fordele træder især frem i situationer med koldt vejr og høj kropsaktivitet - fx. vandring, skiløb.

Bomuld:

Ren bomuld benyttedes meget førhen. Især den specielle bomuldsvævning Ventile har meget gode egenskaber. Ventile består af ren bomuld, som er spundet meget hårdt og tæt. Ventile vævet bevarer bomulds gode åndingsegenskaber, men er perfekt vindtæt og meget vandafvisende. Faktisk modstår ægte Ventile regn i længere tid end velimprægneret bomuld/polyester. Ventile blev oprindeligt udviklet til jagerflyvere og faldskærmstroppe til brug i de arktiske egne under 2. verdenskrig og benyttes stadig til anorakker og lignende til vinterbrug. Almindelig bomuld (som fx cowboy-bukser) har meget begrænset anvendelse, idet varmeafgivelsen for våd bomuld er 240 gange hurtigere end samme stof i tør tilstand!

Trelagsystemet:

Som oftest anbefales det såkaldte tre-lagssystem med et inderlag, mellemlag og et yderlag.

Inderlag:

Inderlaget består af undertøj, som skal varme og holde huden tør. - Enten gennem absorption af sveden eller ved at transportere sveden videre til næste lag. Undertøjet bør ikke være af bomuld. Bomuld har en kedelig evne til at afgive varme omtrent 240 gange hurtigere i våd tilstand end i tør tilstand. Praktisk set står valget derfor mellem naturmateriale uld eller det syntetiske polypropylen.

Mellemlag:

Mellemlagets funktion er at isolere samtidigt med at tillade kropsfugten at passere udad. Mellemlaget kan være konstrueret af uld eller syntetiske materialer som fleece, meraklon, el. lign. Også bomuld kan i nogen udstrækning benyttes - fx. til skjorter.

Den gammelkendte "islandske trøje" er stadig lige anvendelig til at holde varmen i; men de nyere materialer har absolut også deres fordele. Specielt materialet fleece har gode egenskaber, samtidigt med at det er billigere end uld af rigtig god kvalitet. Fleece er produceret af polyesterfibre. Tallet efter navnet - fx. polartec 100 angiver vægten pr. kvadratmeter. 100 anvendes som let beklædning til kølige områder. 200 er varmt nok til de fleste forhold; mens 300 anvendes ved extreme vinterture.

Yderlag:

Yderlagets funktion er at beskytte kroppen mod vand- og vindpåvirkninger fra omgivelserne. Yderlaget isolerer ikke i sig selv, men er vindtæt, således at der i mellemlaget skabes stillestående luft, som isolerer. Yderlaget skal være vindtæt! Endvidere skal det være åndende – dvs., at det kan slippe kropsfugten ud. Der kan benyttes forskellige nyere kunststofsblandinger, en bomuld/polyester blanding, ren bomuld eller Gore-Tex.

Jakke:

En friluftsjakke købes oftest til helårsbrug, hvorfor det er vigtigt at gennemtænke købet ordentligt.

Friluftsjakken bør være slidstærk og robust, samtidigt med at den er forholdsvis let og komfortabel. De nyere materiale som Gore-Tex og lignende giver jakker gode egenskaber; men stadig foretrækker mange - især i Norge - at benytte bomuldsanorakker til ture i vinterfjeldet. Til forhold, hvor det kan være koldt, blæsende og vådt samtidigt, er Gore-Tex eller lignende produkter dog at foretrække.

Bomuld/Polyester-blandinger har i mange år været populære til fjeldbrug om sommeren. Bomuld/polyester kan imprægneres, således at man ikke behøver at finde regntøjet frem til de små regnbyger. Det er dog ikke hensigtsmæssigt at benytte sådanne jakker til vinterbrug, da imprægneringen nedsætter jakkens isoleringsevne.

Jakken bør være velforsynet med lommer. Gerne fire yderlommer og to inderlommer. Det er af stor vigtighed, at lommerne kan lukkes sikkert.

Lige som ved alt andet udstyr findes der afvejningen mellem vægt og soliditet. Hvis man er omhyggelig med sit udstyr og ikke deltager i aktiviteter med alt for store eksterne påvirkninger, kan man i dag finde meget lette jakker.

Bukser:

Bukser til friluftsb brug bør ligesom jakken være robuste, slidstærke og lette. Bukser til

friluftsliv bør ikke være af ren bomuld, da bomuld er meget vanskeligt at tørre under feltforhold. Hellere benyttes en bomuld/polyester-blanding, som fx. Fjällravens G-1000 el. alm. terylene / poplin - stoffer.

Bukserne bør være velforsynede med lommer. Specielt bør der være rummelige lår-lommer til smågrej, som lige skal staves af vejen. Lommerne bør kunne lukkes på en betryggende måde.

Både jakke og bukser bør - som en selvfølge - være helt vindtætte.

Undertøj og isolation:

Husk flere sæt undertøj og isolerende tøj til at danne mellemlaget. En god friluftsskjorte af tykt, hårdspundet bomuld er dejlig til friluftsliv.

Tøjet må ikke sidde for stramt på kroppen, men gerne sidde lidt løst.

Lagdelingssystemets fordel er, at lagene kan afpasses til de aktuelle forhold, således at man til sommerbrug ikke behøver at bekymre sig meget om isolation og varme, mens man til vinterbrug tager 1, 2 eller 3 isolerende lag på mellem undertøj og yderlag.

Poncho /regntøj:

Til friluftsliv i dansk terræn kan en god militær-poncho anvendes til mange formål – og kan ofte helt erstatte regntøjet. Ponchoen anvendes både som almindeligt regnslag og til bivuakering og lejrslagning. Ponchoen kan kombineres med et par lette regnbukser.

Hvis ponchoen skal anvendes i forbindelse med lejrslagning, vil det formodenlig være nødvendigt at udlevere ponchoer til deltagerne, idet det ikke kan forventes, at alle råder over sådant udstyr. Ponchoer findes i mange forskellige kvaliteter, hvor militær-modellen er den mest holdbare. Poncho-bivuakering er fuldt forsvarligt til de fleste friluftsture, mens man ved egentlige fjeldture formodenlig vil foretrække overnatning i telt, fordi terrænets beskaffenhed vanskeliggør hensigtsmæssig konstruktion af bivuakker.

Ligeledes er ponchoer og regnslag normalt ikke velegnede til fjeldture – hovedsageligt pga blæst.

Funktionalistiske hensyn:

Med hensyn til valg af tøj er der endvidere nogle aspekter, som skal gennemtænkes. Fx. bør farven være afpasset til formålet. Hvis man ønsker at opleve naturen, er det ikke formålstjenligt at bevæge sig ud i vildmarken iført bukser og jakke i såkaldte sikkerhedsfarver. Gul- og rødfarvede beklædningsgenstande, orange rygsække og

selvlysende telte er modepåfund, som ikke har nogen berettigelse i vildmarken. - I enkelte tilfælde har sådanne skrigende farver oven i købet givet anledning til psykiske ubehag hos deltagere i fjeldture.

Det er ikke sikkerhedsmæssigt nødvendigt (udover måske i jagtterræn) at iføre sig sådanne skrigende farver, selv om man måske ønsker at kunne gøre opmærksom på sin tilstedeværelse i en nødsituation. Man kan i stedet medbringe marker panels (strimler af selvlysende/orange stof). - Se mere om dette under overlevelsesejrej.

Myggenet:

Husk endelig at medbringe myggenet. Ellers kan især natterne blive en udpræget negativ oplevelse.

Om vandtæthed:

“Intet vejr er dårligt vejr - der findes kun dårlig påklædning”. - Problemet er bare at vælge den rette påklædning. De fleste turledere kender til problemerne, når en weekendlejr - eller måske sommerlejren - drukner i regnvejr.

Siden Gore Technologies introducerede Gore-Tex i 1976 er der sket en enorm udvikling i de såkaldte diffusions-materialer, som er kendetegnede ved, at de både er vandtætte og åndende. I dag er der et væld af forskellige mærker, og fabrikanter og næsten alle producenter af friluftstøj har lanceret deres egen “Gore-Tex-lignende” membran.

Tøjet er dog ikke det eneste, som skal være vandtæt. Også støvler og telte skal kunne holde vandet ude - og på de næste sider finder du alle de oplysninger, du skal bruge, for at holde regnen ude på den næste lejr.....

Traditionelt regntøj har en væsentlig ulempe. I mange situationer kan man vælge enten at tage regntøjet på og blive gennemblødt af kondens eller at lade regntøjet ligge i rygsækken og blive gennemblødt af regnvejret. Løsningen på dette problem skulle være de såkaldte diffusionsmaterialer, hvor regnvandet holdes ude, mens fugten fra kroppen slippes ud.

At vælge den rigtige jakke eller det rigtige regnsæt kan ofte være uoverskueligt. Først må man forsøge at afklare egne forventninger til det nye sæt tøj. - Gælder det fx. svampeture i de danske bøgeskove, eller skal tøjet også kunne bruges på fjeldture? Desuden skal man tage stilling til, om man vil prioritere lav vægt, høj åndingsevne, stor slidstyrke eller lav pris....

Der findes nemlig mange forskellige produkter, og der findes mange forskellige diffusionsmaterialer - ofte kaldet Gore-Tex -lignende. Og selv om den originale Gore-Tex i

de fleste tests ligger i toppen, når det gælder vandtæthed, er det ikke sikkert, det er det optimale til ens brug.

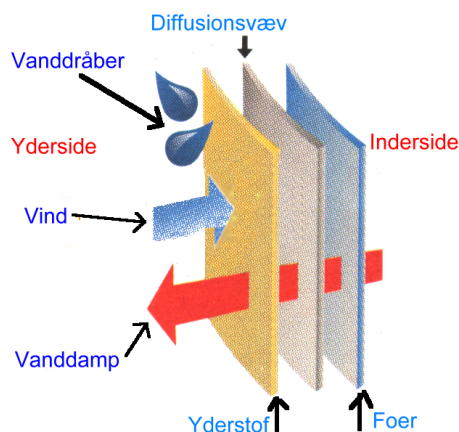
Til egentlige fjeldture er regntøjet særdeles vigtigt. Bl.a. fordi man i fjeldet tit kommer ud for vejrforhold, hvor det gælder om at beskytte sig mod hypotermi. Fugtigt tøj afgiver varme 25 gange hurtigere end i tør tilstand. Vådt bomuld afgiver varme 240 gange hurtigere end i tør tilstand. Derfor er det meget vigtigt at holde tøjet tørt på fjeldturen. Hvis man har råd til det, bør man satse på regntøj med diffusionsmembran. Dels, fordi det gør tøjet mere alsidigt, dels fordi det er mere komfortabelt.

Alligevel kan det være et dårligt valg at gå efter de mere avancerede og dyre jakker. Disse er normalt konstrueret til expeditionsbrug og alpin klatring, hvilket ikke nødvendigvis gør dem lige så velegnede til normal fjeldbrug. Hvis vandsøjletryk, vægt og åndbarhed er i orden, kan man således sagtens gå efter mere prisbillige modeller.

Diffusionsmaterialer:

Selv om der findes mange af slagsen, er de alle fælles om en egenskab, nemlig at fugt fra kroppen slippes ud, mens regndråber ikke slipper ind.

Diffusionsmaterialer er normalt opbygget af en mikroporøs membran. (Gore-Tex membranen er konstrueret af polytetraflouretylen, mens mere enkle membraner kan være lavet af et polyuretanbelagt polyamidvæv)



En diffusionsmembran ligner et stykke meget tyndt plastic. For at kunne bruge den til tøjfremstilling, lamineres den til et stykke stof. Der kan laves en 3-lags konstruktion (som på illustrationen), hvor yderstof, membran og inderstof lamineres sammen. For brugeren vil det

føles som et stykke stof. Man kan også lave en to-lags konstruktion, hvor membranen lamineres til et yderstof, mens foret hænger løst. 2-lags konstruktionen er normalt mere blød end 3-lags konstruktionen, som til gengæld er mere slidstærk. I øvrigt gør diffusionsmembranen også tøjet helt vindtæt.

Selve åndingsfunktionen skabes ved, at membranen er mikroporøs. - Dvs., at der er en masse små huller eller porer i membranen. I Gore-Tex er der over en milliard små porer pr. kvadratcentimeter. Hver pore er 20000 gange mindre end en vanddråbe, så vanddråberne ikke kan passere. Til gengæld er hver pore samtidigt 700 gange større end et vandmolekyle. Derfor kan fugt fra indersiden uhindret passere over membranen ud i det fri. Det er denne funktion, der har givet materialerne navnet diffusionsmaterialer, idet transporten af fugtmolekyler foregår efter diffusionsprincippet.

Diffusion - og dermed membranens funktion - er afhængig af, at der er mere fugt på den ene side af membranen end på den anden (det kaldes, at der er en gradient). Selv om man er ude i vejr med 100% fugtighed, virker membranen stadig, idet gradienten også er afhængig af temperaturen. En situation, hvor membranen ikke virker, er, hvis det bliver lige så varmt udvendigt som indvendigt - men det er trods alt sjældent, at man har brug for regntøj i 37 graders varme!

Vandtæthed og vandsøjletryk:

For at kunne angive varierende grader af vandtæthed har man opfundet et målesystem, som måler et materiales vandtæthed i mm vandsøjletryk. Det er ganske simpelt et mål for, hvor mange mm vandsøjle, der kan være over en arealenhed af materialet, før vandet trænger igennem.

I Danmark er det sjældent, vi har styrtregn og skybrud, så regntøj til normalt dansk brug behøver ikke kunne klare højere vandsøjletryk end 1000mm. Vil man anvende tøjet på fjeldture og lign. bør vandsøjletrykket være 1200-1500mm. De fleste diffusionsmembraner klarer disse vandsøjletryk uden problemer.

Alligevel er tøjet ikke fuldstændigt vandtæt. For at jakken ikke skal slippe vand ind ved skulderpartiet, når man har rygsæk på, kræves et vandsøjletryk på 10000mm. For at der ikke skal sive vand igennem, når man sidder på et vådt underlag eller støtter knæ eller albuer mod et vådt underlag, skal tøjet kunne klare et vandsøjletryk på 18000mm. Til sammenligning kan det nævnes, at fx. Gore-Tex normalt klarer et vandsøjletryk på 45000mm. Det er en af grundene til, at Gore-Tex normalt er noget dyrere end andre fabrikater.

Vandtæthed er altså ikke et absolut begreb. Man må derfor spørge sig for ang. vandsøjletryk

o.l. , når man køber friluftstøj. Kan ekspedienten ikke give et fyldestgørende svar, må man hellere kikke i en anden forretning, hvis man skal bruge tøjet til mere krævende brug som fjeldvandring o.l.

Nogle gange forveksles begreberne vandtæthed og vandafvisende. Vandtæthed er et udtryk for, om stoffet slipper vand igennem. Om et materiale er vandafvisende eller ej angiver udelukkende, hvordan stoffet opfører sig ved kontakt med vand. Et materiale kan udmærket være vandtæt uden at være vandafvisende.

Hvis et materiale er vandafvisende vil vandet perle på overfladen. Det vil ikke trænge ind, men løbe af. Derfor kaldes vandafvisende stof ofte “bygetæt”, fordi det kan klare lettere regn uden egentlig at være vandtæt. I “nutidssprog” kaldes vandafvisende materialer ofte hydrofobiske.

Almindeligt tøj kan laves vandafvisende vha. forsk. imprægneringsmidler, men skal tøjet samtidigt benyttes i koldt vejr, bør man ikke imprægner, da det nedsætter isolationsevnen betydeligt.

Gør-det-selv:

For den fingernemme kan det være interessant selv at sy sit eget regntøj og evt. telt. Det svære i den sammenhæng er ofte at finde en forhandler, hvor man som privat kan købe de materialer, som man ønsker at sy af. Det er nemlig ikke hos enhver metervareforhandler man kan gå ind og købe 1,1 meter Gore-Tex til et par regnbukser.

Det canadiske firma “Textile Outfitters” har specialiseret sig i at sælge stof og sytilbehør til friluftsfolk, som laver deres tøj selv. De sælger Gore-Tex i metermål, og har derudover bl.a. Lycra, Cordura, Supplex og Polar Fleece. “Textile Outfitters” findes lettest på deres homepage på <http://www.justmakeit.com>

I Finland findes en anden postordreforretning med et meget spændende udvalg af materialer til friluftstøj. Firmaet findes på webadressen: <http://www.shelby.fi>

I England findes et lignende firma, også med mange spændende varer til gør-det-selv løsninger inden for friluftsbeklædning. Webadressen er: www.pointnorth.co.uk/

Øvrigt Udstyr:

Vaskegrej:

Et ophold i vildmarken behøver ikke nødvendigvis at betyde, at man giver afkald på almindelig hygiejne. - Vand er der nok af, og sæben kan medbringes uden meget besvær. I øvrigt er det meget op til personligt temperament og erfaring, hvad man medbringer, hvorfor følgende kun skal betragtes som en art huskeliste: Sæbe, shampoo, vaskeklude, tandbørste, tandpasta, deodorant, kam, etc. Endvidere kan man medbringe lidt vaskepulver og vaske sit tøj undervejs. Dette er især hensigtsmæssigt på længere ture. Rent bortset fra de æstetiske hensyn isolerer rent tøj bedre end snavset! Endvidere kan det være en fordel at medbringe et sammenklappeligt vaskefad.

Som ved alt andet grej er det fornuftigt at holde orden i vaskegrejet. I stedet for at benytte en normal toilettaske, kan man sy en enkel taske af "muleposetypen", hvorpå der ved randen monteres en D-ring, og en lille karabinhage. Når man skal bruge vaskegrejet kan man da hænge posen komfortabelt i nogle grene eller lignende, så det ikke er nødvendigt at have vaskegrejet liggende på jorden.

Solbriller:

Solbriller af polaoïd-typen bør medbringes hele året. Dels beskytter de øjnene mod stærkt lys og farlige uv-stråler, dels giver de meget bedre mulighed for at se gennem vandet ved vadning, idet de fjerner de irriterende lysreflektioner. Husk på, at reflekterede solstråler fra sne, is og vand kan være farlige for ubeskyttede øjne

I situationer, hvor sollyset er meget stærkt, fx på snedækkede flader, kan det være nødvendigt at anvende specielle solbriller, hvor der også er afskærmning ved siderne, således at der ikke dannes reflekser. Til normalt brug giver almindelige solbriller - evt i kombination med en kasket eller hat med skygge dog tilstrækkelig beskyttelse.

Økse:

En god, godt slebet økse kan alle de ting, en kniv kan, plus en del flere. Øksen er dog noget tungere, hvorfor man for det meste vælger at transportere denne fastgjort til rygsækken. medens kniven føres i bæltet.

Øksen bør ligeledes være af prima kvalitet. Nogle steder kan man stadig skaffe sig håndmedede vildmarks- el jægerøkser i ca. 800-1200 grams størrelsen. Det er formodentlig den bedste type, man kan sikre sig.

Hold øksen konstant skarp. Husk derudover ikke at slæbe en økse med til ture over trægrænsen – det er lidt dumt...

Feltspade:

Feltspaden har forskellige anvendelsesformål. Fx. anvendes feltspaden til at grave ud til et bål, planere til en soveplads, rydde til en bivuak, osv. Endvidere anvendes feltspaden til udgravning og tildækning af latrin-indretninger.

Feltspaden skal - som alt andet udstyr - være af en god kvalitet. Kvalitetsværktøj, som passes, vil holde til hårdt brug i mange år.

Den såkaldte fodfolksspade er en lille, meget solid spade uden bevægelige dele. Totalvægten er ca. 630 gram. Fodfolksspaden fastgøres let til rygsækken. Fodfolksspaden kan slibes på alle siderne, således at den også kan anvendes til at hugge mindre grene over med.

TriFold-spaden er hærens nye model. Uden etui vejer den ca 1130 gram. Denne model er udført helt i stål, og kan klappes sammen, således at den kan føres i basis i det medfølgende plastik-etui. Det er en kvalitetsspade, som kan slibes knivskarp.

I forhold til friluftsture er der dog ikke brug for en så avanceret spade som tri-fold modellen, hvorfor fodfolksspaden er fuldt ud anvendelig til dette formål. Den er både lettere og billigere. Desuden har fodfolksspaden ingen bevægelige dele, som kan gå i stykke ved extreme belastninger.

Det er bestemt ikke på alle turformer, at en feltspade kan gøre nytte. At slæbe feltspade med på ture i fjeldområder vidner om manglende overblik!

Navigationsgrej:

Sigtekompas:

Sigte-kompasser af den klassiske type. Kompasset er forsynet med metalhus, således at det kan tåle store påvirkninger. Kompasser af denne type anvendes dog på en ganske anden måde end de kendte silva-kompasser. Som leder kan det være fordelagtigt at medbringe både sigte-kompasser og et af silva-typen, idet sigte-kompasset er meget nøjagtigt til pejling.



Silva-kompas:

Silva-kompasset er den mest kendte kompasform. Silva-typen er meget nøjagtigt til kortmålinger; men har sine svagheder ved pejlinger i terrænet - men den rette teknik kan der dog opnå rimeligt nøjagtige pejlinger. Silva-kompasset er lettere at anvende end sigtekompasset.

Højdemåler:

Som et supplement til kort og kompas vil det i forhold til ture og aktiviteter i områder med store højdeforskelle være nyttigt at medbringe en højdemåler.

Højdemåleren - som fungerer på samme måde som et barometer - måler lufttrykket, hvoraf det kan aflæses i hvilken højde, man befinder sig. Højdemålerens nøjagtighed er dog meget afhængig af hyppige kalibreringer og udsving i vejret.

Deraf følger også, at højdemåleren kan anvendes som barometer.

Kortmåler:

Til at måle afstande på kort er det praktisk med en lille afstandsmåler. Normalt er det et lille instrument med et rullehjul, som rulles hen over den beregnede rute på kortet. Selvom afstandsmålere normalt er meget nøjagtige, tager de selvfølgelig ikke hensyn til terrænets former.

GPS:

Global Positioning System er et positionssystem, som er konstrueret af den amerikanske hær. Systemet består af 24 satellitter, hvorved GPS-enheden via radiosignaler fra satellitterne er i stand til at beregne positionen med en teoretisk nøjagtighed på omkring 2 meter.

GPS vinder stor indpas blandt friluftsfolk - bl.a. fjeldvandrere og kajaksejlere; men GPS'en bør ikke erstatte kort og kompas. GPS kan være et nyttigt supplement til normale navigationsmidler og kan være en kærkommen hjælp i dårlige vejforhold, hvor sigtbarheden forringes.

GPS'en er afhængig af batterier, og i meget dybe dalstrøg eller i egne med høje bjerge kan det være besværligt at finde et sted, hvor GPS'en har radiokontakt til satellitterne. Skal GPS-enheden benyttes sådanne "vanskelige" steder bør modellen være med SIRF-teknologi, hvilket forbedre modtagelsesevnen betydeligt. I en normal tæt dansk bøgeskov kan en SIRF GPS holde forbindelsen selv gennem trækronerne.

Kortmappe og skrivegrej:

Det er fornuftigt at passe på sine kort og medbringe dem i en vandtæt kortmappe. I denne er der også plads til en lille notesblok og et par blyanter. Endelig kan man medbringe en lille enkel lommeregner til trigonometriske afstandsberegninger. Skriver man dagbog over turen, må man også medbringe en dertil egnet notesblok.

Kogegrej:

Ligesom man kan tænde bål uden tændstikker, finde nord uden kompas, osv, så kan man også tilvirke kogegrej af naturens egne råvarer. Fx. kan et kogekar improviseres af birkebark. De fleste vil dog formodentlig hellere bære lidt extra vægt og så vide, at de har et solidt sæt kogegrej med i bagagen!

Flere anvendelser:

Ved valg af kogegrej er det vigtigt at gøre sig anvendelsen klar. På en vildmarkstur tilberedes maden selvfølgelig over bål; men dette er ikke altid muligt i dansk terræn, hvor båltænding kan være forbudt af den ene el. anden grund. I så tilfælde må man medbringe en el. anden form for storm-køkken. Til andre forhold - som fx fjeldture over trægrænsen – er en eller anden form for stormkøkken jo næsten en nødvendighed. Stormkøkkenet giver nemlig også mulighed for at tilberede maden indendøre i teltets apsis (sørg for god ventilation!).

Til friluftsture vil det derfor være hensigtsmæssigt, at det valgte kogegrej kan benyttes således, at gryderne i sig selv er stærke nok til at blive anvendt over åben ild.

Stormkøkkener:

Der findes forskellige typer af stormkøkkener; hvoraf en god del af de nyere er uegnede til almindelige friluftsture i FDF-regi, men har deres berettigelse til expeditionsformål i alpine bjergegne

Grundlæggende kan stormkøkkener inddeles efter brændstof: Gasbrændere, spritbrændere og multi-fuelbrændere.

Gas-drevne stormkøkkener:

Gasbrændere er enkle at betjene, og flammens styrke varieres let. Gasbrændere er derfor meget velegnede til lettere formål som fx. familiecamping. Gasbeholdere skal opbevares under specielle temperaturforhold for at undgå eksplosion på grund af varmeudvidelse. Gasblus er dog ikke altid velegnede – især pga de 3 følgende årsager:

- Gasblus er ofte skrøbelige med små detaljer

- Gas er ineffektivt i meget kolde omgivelser
- Gasbrændere kan give stikflammer ved tænding

Sprit-drevne stormkøkkener

Det sprit-drevne stormkøkken af Trangia-typen kendes efterhånden af alle, og selvom der er enkelte andre spritbrændere i handelen, så er Trangia-systemet langt det kendste.

Trangia-systemet indeholder en gryde på 1.75 liter og en gryde på 2.0 liter + en stegepande/låg, vindskærm, regulator, brænder og håndtag. Vægt i alt: lige omkring 1100 g

Spritbrændere har visse ulemper i forhold til andre brændere: bl.a kan det være svært at skaffe sprit dertil i landene udenfor vesteuropa. Endvidere er spritbrændere ikke særlig brændstoføkonomiske. På trods af disse ulemper er Trangia-systemet dog meget anbefalesværdigt til friluftsliv og vildmarksture. Trangia-systemet er nemt at bruge, meget robust, og tåler stort slid. Hvis man køber tilhørende stålgrøder i stedet for aluminiumsgrøderne, har man ovenikøbet to robuste gryder, som også kan anvendes over åben ild. Trangia er i nogen grad også anvendelig til vinterbrug; men når temperaturen ligger stabilt under frysepunktet, bør man overveje petroleums- eller multifuelbrændere.

MultiFuel-drevne stormkøkkener:

Multifuel-brændere brænder benzin el. petroleum. En del brænder også diesel-olie (forsøg ikke indendøre!) Multi-Fuel brændere er mere brændstoføkonomiske end spritbrændere; men det kræver træning at kunne betjene en multi-fuel brænder forsvarligt. Multi-fuel-brændere finder mest anvendelse på expeditioner og lignende extreme ture.

Extra-udstyr og spisegrej:

Det er en klogt kun at medbringe nødvendige ting. Overflødige ting giver extra vægt i rygsækken, og der bliver også mere at holde styr på. Et af de områder, hvor man let kan fylde paksækken op med overflødige ting, er spisegrej. Rent faktisk behøves der kun en mug og en ske. Den store gryde fra Trangia kan benyttes til opvask. - Man kan i den forbindelse medbringe en flaske opvaskemiddel og en opvaskebørste pr Trangia.

Et godt tips: Sy en pose til trangiaet med lommer i til det øvrige spisegrej. Så er der orden i rygsækken, og man behøver ikke rode rygsækken rundt for at finde dåseåbneren!

Feltflaske, vanddunk, termoflaske, osv.:

Til transport af vand. Det kan være nyttigt at have en vanddunk, hvis lejren ikke ligger lige op ad en elv. En feltflaske kan også være meget nyttig i vildmarken. Hærens model rummer 1.2 liter og købes med hylster og kogekar. Kogekaret kan både bruges som mugg og som

kogekar over åben ild. Vær i øvrigt varsom med at anvende kogekar og feltflasker af aluminium - visse madvarer danne direkte sundhedsskadelige forbindelser, når de tilberedes i aluminiumsgryder o.l.

Ståtermokander af den solide slags er en dejlig opfindelse til friluftsture. Når morgenerne begynder at blive kolde, er det rart at kunne tage en kop varm the fra termos'en, inden man står op og begynder på morgenmaden.

Improviserede løsninger:

Som nævnt før, er det muligt at tilvirke improvisatorisk kogegrej af naturens materialer; men på et så vigtigt område som madlavning er det ikke hensigtsmæssigt at gå på kompromis med kvaliteten. Ej heller er det fornuftigt at udsætte turdeltagerne for påvirkning fra en for deres krop ukendt bakterieflora. De gryder, som medbringes, bør være af høj-kvalitets stål, og kunne benyttes over bål (noget hyggeligere end Trangia!).

Telt

Det er sjældent, at nætterne i vildmarken kan nydes i soveposen foran bålet. - Normalt vil enten vejrlig, temperatur eller insekttæthed gøre, at man vil indrette en eller anden form for bivuak eller benytte sig af et medbragt telt.

Teltets egenart:

Teltet er blot en færdigkonstrueret bivuak, som er beregnet til at kunne transporteres. Telt er selvsagt tidsbesparende, idet de blot skal sættes op og pløkkes fast, medens en bivuak skal bygges op fra grunden hver aften.

Telt inddeles normalt efter typen: Spidstelt, tunneltelt, kuppentelt el. pyramidetelt:

Spidstelt:

Spidsteltet er det traditionelle telt med 2 lodrette teltstænger. Spidstelte kan konstrueres forholdvis let; men grundet selve grundformen er der ikke megen indvendig plads. Yderteltet (el oversejlet) bør nå helt ned til jorden, således at vinden ikke kan trække op under oversejlet. Endvidere bør teltet have apsis i begge ender. Et spidstelt, som er godt konstrueret og godt sat op, er vindstabil; men spidstelte er meget afhængige af pløkker. Hvis jordbundsforholdene ikke tillader, at der drives pløkker helt i, (fx. fjeldgrund) så kan spidsteltet ikke tåle ret store påvirkninger

Tunneltelt:

Tunnelteltet er et specialtelt, konstrueret med 2 el flere parallelle buer. Tunnelkonstruktionen er utrolig vindstabil. Teltet er rummeligt i forhold til grundfladen, idet

væggene har højere hældning. Tunneltelte er normalt dyre telte, som også er en del tungere end andre telte med samme plads. Tunneltelte leveres normalt med apsis i den ene el. begge ender.

Kuppeltelt:

Kuppelteltet er den telteform, som har størst plads i forhold til grundfladen. Kuppelteltene har krydsende buer og er utroligt vindstabile. Det er samtidigt det telt, som er mindst afhængig af pløkker. Kuppelteltene er forholdsvis tunge, men har samtidig den mest solide konstruktion indenfor letvægtstelte. I forhold til friluftsture for unge mennesker vil valget sandsynligvis falde på kuppelteltet, hvis det i det hele taget er nødvendigt at anvende telt. Kuppeltelte er heller ikke så dyre som de andre specialtelte.

Pyramidetelt "Lavvu":

Denne teltype er forholdsvis ny. Grundlæggende bygger den på samme principper som de samiske kåter og de indianske teepees. Grundfladen er rund eller firkantet, og en stang i midten holder teltet oppe. Pyramide-telte kan laves utroligt lette, samtidigt med at de er meget solide og stabile. De er dog afhængige af pløkker for at kunne rejses. Pyramidetelte er forholdsvis dyre.

Teltets opstilling:

Teltet bør altid slås op med hovedenden i den retning vinden kommer fra. Denne regel gælder især for telte med apsis, medens visse ældre spidstelte med forskellig hældning på siderne skal vendes anderledes. Dette vil i så fald være nævnt i den medfølgende manual el. brugsanvisning.

Apsis:

Telte til vildmarksbrug bør være udstyret med apsis, således at man kan lave mad indendøre, hvis det sætter i med snestorm el. skybrud. Der skal selvfølgelig være fintmasket myggenet i alle åbninger - både indgange og ventilationsåbninger.

Telt vs. bivuak:

Telte af god kvalitet er nødvendige til fjeldture og lignende; men i forhold til almindelige friluftsture i dansk terræn el. i de skandinaviske skovområder vil selvkonstruerede bivuakker sandsynligvis være at foretrække. Hyggelige bivuakker med bålet brændende foran er besværet værd... (Husk dog at overholde eventuelle ildtændingsforbud!)

Teltets vandtæthed:

Det absolutte krav til teltet er, at det er vandtæt. På fjeldturen er teltet ens hjem og tilflugtssted, og det er af ekstrem vigtighed for turens gennemførelse, at teltet virker.

Selv om hverken indertelt eller oversejl er vandtætte, har vandtæthed aldrig været et problem med de “gamle” spejder-telte af Kit-Kat-modellen. Det er, fordi teltet er konstrueret således, at oversejlet har en vinkel på 40-60 grader i forhold til vandret. Så vil vandet nemlig opsuges i stoffet og løbe af forneden. Dette gælder for alle typer stof, som placeres i den vinkel.

For fjeldtelte er problemet et andet. Der drejer det sig nemlig om at forene lav vægt, høj vandtæthed og stor slidstyrke. Desuden har oversejlet på et fjeldtelt ikke samme vinkel som på et spejdertelt. Derfor bruges der stof, som er vandtæt i selv selv.

Et fjeldtelts vandtæthed måles i mm vandsøjletryk. For at teltet er vandtæt nok til dansk sommerbrug, bør vandsøjletrykket være på mindst 1000mm. For at teltet skal kunne benyttes i fjeldet, bør vandsøjletrykket være 1200-1500 mm. Der kan findes telte med større vandsøjletryk; men det er ofte telte konstrueret til mere el. mindre ekstrem brug, hvor teltet skal tåle stærk slitage og stadig være 100% vandtæt.

Husk, at et højt vandsøjletryk ikke alene gør et telt egnet til fjeldbrug - man skal også tænke på vægten, vindstabiliteten og stængernes styrke.

Turlederens sikkerhedsudstyr:

Turliv af alle former inkluderer et vist sikkerhedsmæssigt aspekt. De vigtigste faktorer i forbindelse med sikkerhed er ansvarlighed og omtanke – både i planlægning og handling. Derudover findes der forskellige alment anvendelige udstyrsdele, som kan være nyttige i forhold til at kunne improvisere en hurtig og effektiv løsning på et problem.

Kniv og multitool:

Man KAN godt planlægge og gennemføre en tur – også i egentligt vildmarksterræn – hvor man aldrig nogen sinde får brug for en kniv, men på en sådan tur vil man være helt og aldeles afhængig af det øvrige udstyr, man har medbragt. Hvis man ønsker at kunne improvisere en hurtig bivouak, lave bål ud af naturmaterialer, kunne improvisere reparationer af itugået udstyr – i det hele taget være i stand til at klare en uforudset situation – er man håbløst afhængig af en god kniv. En god kniv er derfor det mest værdifulde og mangesidige stykke værktøj, man kan medbringe på tur.

En god kniv er selvfølgelig et meget bredt begreb. Og funktionsmæssigt kan knive af mange vidt forskellige udformninger have stor brugsværdi varierende fra person til person. En generel ting om knive bør man dog huske, nemlig at en kniv i visse sammenhænge kan opfattes som et våben, hvorfor man altid bør overveje knivens art og udformning i forhold til

den planlagte tur. På almindelige skovture herhjemme er det altså ikke nødvendigt at slæbe rundt på macheter og lignende instrumenter, som kan virke truende.

Selv benytter jeg hovedsageligt 3 slags knive, nemlig:



Multitool (Leatherman Supertool):

De forskellige multitools har hver især deres styrkesider, hvor man kan lægge forskelligt vægt på de forskellige funktioner. Der findes ikke eet multitool, hvor alle funktioner er repræsenteret – man bliver nødt til at vælge. (Og så kan man i øvrigt også – til en vis grænse – modificere sit multitool ud fra sine egne præferencer, altså tilføje nye værktøj eller tilsvarende. Det her viste multitool, har jeg modificeret, således at det er lovligt at bære offentligt efter den nye knivlov (maks 7cm blad, ingen klingelås)



En god solid lommekniv fra Gerber:

Bladformen har jeg selv modificeret, hovedsageligt for at overholde 7cm reglen, men næsten lige så meget, fordi jeg ikke bryder mig om de knivudformninger, hvor spidsen af kniven ligner et drabsinstrument! Det vigtigste ved en sådan all-round lommekniv er således et kraftigt og solidt blad. Serrateringen (de fine savtænder på bladet) er velegnede, hvis man hurtigt skal kunne skære reb og tovværk, de er dog noget mere besværlige at slibe end en normal æg.

3: Vildmarkskniv.



Kniven bæres konstant i vildmarken og anvendes til mange daglige gøremål. I forhold til friluftsture bør deltagerne medbringe deres egen kniv; men det er ikke nødvendigt, at deltagerens knive er af samme kvalitet som lederens. Deltagerne vil de i fleste tilfælde kunne nøjes med små spejderdolke el. lommeknive. Lederen bør derimod medbringe en solid vildmarkskniv.

Kniven skal være udført i høj-kvalitetsstål, og bladet skal være med fuldtange – altså forlænget ud i skaftet, således at knivsbladet ikke knækker ved belastning. I vildmarken er det hensigtsmæssigt, at ens kniv er udformet med en vis tyngde, så den kan anvendes som machete - fx. ved bålænding, eller når der skal ryddes til en bivuak.

Kniven er den del af friluftsudrustningen, som er sværest at improvisere ud fra naturens materialer. Netop derfor – og pga. dens mange anvendelsesmuligheder – er en god kniv en meget vigtig del af udrustningen.

Den her viste vildmarkskniv har jeg selv fremstillet af kulstofstål med en bladtykkelse på 7mm. Kniven kan holde til meget hårdt brug og er mere effektiv end de fleste mindre økser.

Knivsbladet har en længde på 12cm, hvilket i dansk våbenlovgivning regnes som maksimum. Jeg har aldrig været i en situation, hvor jeg havde grund til at ønske, at knivsbladet havde været længere – det vigtigste er, at knivsbladet er solidt! Den viste kniv kapper med lethed en gren på 6cm tykkelse i et hug. Større kniv har man ikke brug for i skandinavisk terræn.

Hvorvidt man er nøjeregnende med knivsbladens længde på soloture i decideret vildmarksterræn er måske mindre signifikant, men som turleder benyttes man i et eller anden omfang som rollemodel af deltagerne. Dette skal man selvfølgelig have in mente ved udvælgelse af kniv, og således undgå at

vælge knivtyper som implicit videregiver en helt forkert signalværdi.

Der findes mange forskellige typer knive, som fabrikanterne kalder vildmarksknive eller ”overlevelsesknive” - i meget stor grad er bladudformningen på sådanne knive designet efter amerikanske forhold, hvor mange – også i forbindelse med friluftsliv – opfatter kniven som et våben. Jeg bryder mig ikke om denne type af knive, med deres implicite associationer til rambo-inspirerede drabsinstrumenter! Netop derfor har jeg forsøgt at give min vildmarkskniv en mere behagelig afrundet form, således at knivsformen signalerer brugskniv og ikke drabskniv!

De såkaldte ”overlevelsesknive” med hult skaft til opbevaring af diverse udstyr burde indplaceres i kategorien for ”farligt legetøj”. Fastgørelsen mellem knivsblad og skaft vil altid være det svage punkt i en sådan kniv – derfor er selve knivkonstruktionen uegnet til hårdt brug.

Lederen af vildmarksture kan komme i situationer, hvor kniven er af afgørende vigtighed som værktøj til løsning af de forskellige problemer. Der er derfor et par ting, som kan være nyttige at have i en lille lomme på knivens hylster, nemlig et magnesium-ildstål, en slibesten og en trådsav. Trådsaven er et stykke ”ståltråd” på ca. en meters længde, hvor der er små savtænder på ståltråden for ca. hver anden millimeter. På trods af størrelsen er trådsaven faktisk meget effektiv, og spændes den på en bøjet gren – lige som en flitsbue – har man en ret kapabel sav, som med tålmodighed også kan fælde større træer, hvis omstændighederne skulle gøre dette ønskeligt. Med kun disse hjælpemidler er det muligt at opbygge en vandtæt bivuak, tænde bål foran til opvarmning, skære granris til en komfortabelt underlag, osv. Alt i alt ting som kan være vigtige at få gjort i en fart, hvis du som leder står med en forfrossen deltager, og oppakning og rygsæk måske er deponeret flere kilometer væk.

Derfor er kniven en selvfølgelig del af den nødudrustning, som du i vildmarken altid bærer på dig.

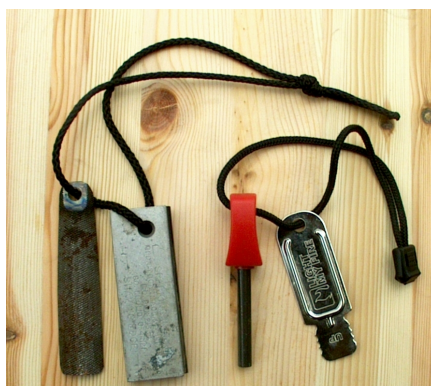
Ild:

Det næstvigtigste udstyr af sikkerhedsmæssig karakter er ildstålet – eller en hvilken som helst anden ildtænderform, man er 100% fortrolig med og som man med usvigelig sikkerhed kan tænde bål med i al slags vejr.

De ulykker og tilskadekomster, som sker i de skandinaviske fjelde, falder for langt største delens vedkommende i to kategorier, nemlig faldulykker og underafkøling (hypothermi).

Faldulykker undgås ikke med udstyr, men med omtanke – hypothermi næsten ligeså, blot med den forskel, at et tidligt tilfælde af hypothermi kan afhjælpes.

En person, som er blevet underafkølet, har selvfølgelig brug for varme, og i naturen kan man etablere varme ved at tænde et bål. Det er den grundlæggende argumentation for, at man som turleder bør være i stand til at kunne tænde bål og improvisere en bivuak i alle forekommende vejrtyper.



Fotos viser ildstål, strygestål dertil samt en magnesium ildtænderblok. Med disse tre ting skal man være overordentligt klodset for ikke at kunne få gang i et bål. Ildtændergrejet kan suppleres med ligthet, stormtændstikker, fyrfadslys, stearinbomber, etc.

Ildstålet indeholder en magnesium-legering, som, når det stryges med strygestålet, frigiver meget varme gnister. Magnesium-ildtænderen bruges, når der skal tændes ild under svære forhold. Man skraber lidt magnesium af blokken og placerer det afskrabede magnesium på sit optændingsmateriale og tænder derefter magnesiumet med gnisterne fra ildstålet. Magnesiumet brænder med en temperatur på lige omkring de 3000 grader og er følgelig hurtig til at antænde tønderet.

Navigation og orientering:

Kompasset er der vigtigste navigationsinstrument, og siden et kompas er en forholdsvis let udstyrsgenstand, giver det fuldt ud mening at medbringe et lille reservekompas foruden det egentlige kompas. Reservekompasset kan blot være et lille nøgleringskompas – evt med indbygget termometer. Et sådant kompas er lille nok, til at man altid kan have et med sig.

Lygten medtager jeg som en del af navigationsudstyret, hovedsageligt fordi den er nødvendig for at aflæse kompasset, når det er mørkt. En lille pencillygte med diodepære kan lyse omkring 100 timer på de samme batterier – medbringer man derudover reservebatterier skulle man være godt sikret. En rigtig lille diodelygte kan være anvendelig som backup (til at læse kort og kompas ved).

I mange tilfælde kan det derudover være hensigtsmæssigt at medbringe en speedmarker af den vandtætte slags. Der findes nogle, som kan skrive på alle – også våde – overflader. Find en farve, således at markeringer tydeligt kan ses på kortet i lyset fra din lommelygte.

Lygte:

Til ture i den mørke tid kan det være fordelagtigt at medbringe en lygte med et kraftigt lys. Der kan i dag fås diodelygter med meget skarpt lys – til sammenligning synes jeg, at lyset fra den viste diodelygte er anseeligt kraftigere end fra min 6D Maglite! (Men det er muligvis, fordi lyset fra diodelygten er mere fokuseret end Maglitens lys – en egentlig lysstyrkemåling ville sikkert falde ud til Maglitens fordel) En sådan diodelygte holder imellem 50 og 100 timer på et sæt batterier!

Førstehjælp:

Udover et mere komplet førstehjælpssæt – som man formentlig oftest vil opbevare i rygsækken – er det fornuftigt at have få vigtige ting på sin person (enten i lommer eller i en bæltetaske), således at man er hurtigt klar, også selv om rygsækken ikke lige er i nærheden.

Et forslag til sådanne vigtige førstehjælps sager kunne være: ”Astro” redningstæppe, sammenfoldet tyndt stykke afdækningsplast str 2m x 2m, to stk plastsække, gazebind m. kompres, sikkerhedsnåle og små plaster strips.

”Astro”-redningstæppet kan bruges til at pakke en tilskadekommet person ind i. Astrotæppet kaldes varmereflekerende på grund af sølvbelægningen, men hav ikke for stor tiltro til denne funktion! Den hovedsagelige funktion af astrotæppet er derimod, at det er totalt vand- og vindtæt.

Det tynde afdækningsplast kan bruges i forbindelse med improviserede bivuakker, hvor et bivuaktag med et sådant stykke plastic kan gøres fuldstændig vandtæt.

De to plastsække (som skal være så store som muligt, dragtposer af tyndt plastic er udmærket) kan enten bruges enkeltvis som improviserede regnfrakker, eller bruges sammen som improviseret sovepose.

En hvilken som helst plasticsæk kan laves til regnfrakke – det er blot at skære hul til hovedet og trække sækken ned over vedkommende. Skal plasticsækkene laves til sovepose lægges de inden i hinanden og mellemrummet fyldes op med tørre blade el. lign. Regn med at en fyldtykkelse (for tørt fyld) på ca 10 cm holder giver en komfort temperatur på omkring 0 grader. Metoden er beskrevet mere fuldstændigt under afsnittet om soveposer.

Gazebind med kompres anvendes til at stoppe blødninger, hvis en person skulle skære sig alvorligt eller på anden måde havare en blodåre. Sikkerhedsnålene anvendes til at fastgøre gaze-bindet.

De små plasterstrips (eller hæfteplaster) er til mindre sår, hvor plasteret anvendes primært for at holde såret rent.

I visse sammenhænge kunne en lille pakke med druesukker-tabletter også være på sin plads i en sådan førstehjælpspakning – de giver den meget hurtige energi, som kan være påkrævet for at kunne blive ved med at yde en effektiv indsats i en uheldssituation.

Redningsreb:

Hvis man medbringer et redningsreb, skal man være klar over, hvilke ting, rebet kan bruges til, og hvilke begrænsninger, der er i anvendelsen. Et normalt redningsreb er fx ikke et klatrereb – heller ikke i nødstilfælde! Redningsreb kan ikke absorbere faldenergi – skulle en uheldig person finde på at bruge et sådant reb til at holde et fald (og rebet mærkværdigvis holder til faldet) ville personen sandsynligvis blive rykket midt over, fordi hele fangrykket kommer på én gang!

Redningsreb kan derimod anvendes til mange andre forhold, eksempelvis i forbindelse med vadning af elve. Derudover vil visse typer af redningsreb kunne anvendes i den ekstreme situation, at det bliver nødvendigt at ophale eller nedfire en person.

Det er bestemt ikke til alle turformer, at et redningsreb af denne art er påkrævet eller hensigtsmæssigt; men når man én gang har oplevet en situation, hvor en uheldssituation blev klaret, fordi man havde redningsrebet med, vil man sikkert fremover medbringe det på hver tur...

Det redningsreb, jeg selv medbringer, er et tyndt og let af slagsen med en diameter på kun 6mm og en længde på 20meter. Men rebet er kevlarforstærket og har en brudstyrke på omkring de 2500 kg, så det er alligevel rigeligt til de fleste formål. (Ved kevlarforstærkede reb skal man være opmærksom på, at ikke alle knob er lige velegnede – nogle knob kan knække kevlarfibrene).

For nylig har jeg derudover inkluderet et andet og mindre redningsreb i den grundlæggende sikkerhedsudrustning. Dette redningsreb er sammenfoldet så lille at det uden problemer kan medføres i en lomme eller lille bæltetaske. Der er tale om et 3mm tykt og 15m langt reb af ren Dyneema SK-75 – et af de stærkeste kunststofmaterialer der overhovedet findes. Brudstyrken for dette (3mm) tykke ”reb” ligger på lige omkring 800kg!

Handsker:

Blandt andet i forbindelse med anvendelse af redningsrebet – og til mange andre anvendelser – er det hensigtsmæssigt at medbringe et par tynde læderhandsker, som sidder godt på hænderne, således at man har god følelse i fingrene.

Nødproviant:

Hvis man er på tur og forlader sin rygsæk eller lejr for at gå småture, er det altid hensigtsmæssigt at sørge for at have en vandflaske og en smule nødproviant med. Det kan blot være en energibar eller et stykke chokolade – det vigtigste er, at der er hurtige kalorier til at holde én i gang, hvis situationen pludselig ændrer sig, og der er brug for en hurtig og effektiv indsats. Vand er næsten aldrig en mangelvare i fjeldområderne, så det behøver ikke at være en stor feltflaske. Visse feltflasker fås med et hylster, hvori der er en lille lomme til at opbevare vandrensningstabletter i.

Mobiltelefon:

I flere af fjeldområderne kan der findes mobiltelefon-dækning, så det gamle råd om at lade mobilen blive hjemme er altså ikke nødvendigvis helt aktuelt længere. Dækningskort for enkelte områder kan fås fra operatøren i det pågældende land og findes normalt på operatørens hjemmeside.

Mobiltelefon-dækning er afhængig af mange forhold – steder med dybe dalgange og tyk bevoksning er meget svære at finde dækning i, hvorimod radiobølgerne kan række langt fra høje fjelde med fri sigt. Man skal derfor aldrig regne med mobiltelefonen som en sikkerhedsmæssig kontakt.

En lille signalføjte kan være meget nyttig for at holde kontakt indbyrdes.

Reparationsgrej:

En smule reparationsgrej kan være fornuftigt at medbringe på visse typer af ture; men selvfølgelig skal grejet, man medbringer, være afpasset efter den turform og det øvrige udstyr, man har med på turen. Medbringer man fx multifuelbrændere, som kræver værktøj ved adskillelse, er sådant værktøj en nødvendighed at medbringe. Ligeledes, hvis fx ens rygsækramme er boltet sammen (findes på flere ældre rygsække med udvendig ramme), vil det være nødvendigt at kunne stramme disse bolte undervejs.

Et eksempel på sådan reparationsgrej kunne bestå af en lille 6” svensknøgle, bitsæt og en bitskruetrækker beregnet for reparationer, som kræver mekanisk samling eller adskillelse. Ud over disse to ting findes selvfølgelig også en tang i ens multitool. At medbringe en smule superlim og lidt gaffer-tape eller lignende kan også være yderst fornuftigt. En smule snor, muligvis nogle kabelstrips og lidt ståltråd fuldender reparationssettet.

En anden ide, som muligvis bør inkluderes i reparationsgrejet, er en lille stump rør af aluminium, hvor den indvendige diameter svarer til den udvendige diameter på ens telstænger. På denne måde vil det være muligt at effektuere en hurtig og stabil reparation af en knækket telstang. Princippet kan anvendes uafhængigt af, om der anvendes glasfiberstænger, aluminiumsstænger eller kulfiberstænger.

Semper Paratus!

Selvom ”Vær Beredt” er et spejdermotto, er det samtidigt en meget klog grundtanke for alle former for friluftsliv. Det sikkerhedsudstyr, man medbringer, skal selvfølgelig stå i forhold til de planlagte aktiviteter, hvorfor udvælgelsen af hensigtsmæssigt sikkerhedsudstyr bør være en naturlig del af enhver tur planlægning.

Især i de tilfælde, hvor man forlader sin rygsæk og sit udstyr i en lejr for at gennemføre en kortere dagstur, kan det være yderst relevant at gennemtænke, hvor meget af sikkerhedsudstyret, der skal medbringes på denne tur. Man skal altid være i stand til hensigtsmæssigt at kunne klare en opstået situation. Alt det grej, der er nævnt i denne gennemgang af sikkerhedsudstyr, kan være i to små bæltetasker, og er således muligt at medbringe konstant under turen.