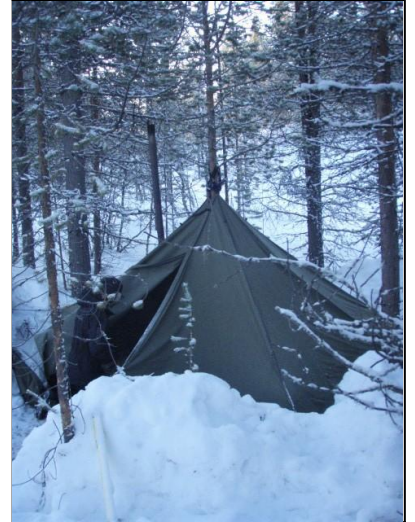


Hei!

Tervetuloa Talviretkeilykursseille ☺

Kurssimme alkaa Vampulan ulkoilumajan parkkipaikalta (osoitteesta Harjuntie 407, 32610 Vampula) pe 21.1. klo 19.00 ja päättyy samaan paikkaan su 23.1. n. klo 14.00.

Kurssimme tarkoituksena on rohkaista talvisen vaellusharrastuksen pariin, ilman turhia paineita. Kurssi täyttää SP:n opintopisteitä varten validoidun talviretkeilykoulutuksen vaatimukset. Kurssi vastaa sisällöltään ET II / Vaellus-kurssia talvisemmissä olosuhteissa. Aikaisemman ET II / Vaellus-kurssin käymisellä ei ole estettä osallistua tälle kurssille.



Kurssin sisältöjä ovat:

- Oppia varustautumaan vaellukselle talvella
- Oppia suunnistamaan ja valitsemaan reitti talvisissa olosuhteissa
- Oppia vaelluksella olemisen käytännöt
- Oppia majoittautumaan maastossa talvella
- Oppia huoltamaan varusteita tarpeen tullen
- Ensiapu ja turvallisuus vaelluksella
- Ruoka ja juoma vaelluksella

Osana kurssin hyväksytyä suorittamista on valmistautua huolella kurssiin. Siitä syystä kurssille on ennakotehtäviä.

Ennen kurssia:

1. Kertaa jokamiehen oikeudet, suunnistuksen ja tulenteon perusteet.
2. Harjoittele ruokien kuivaamista. Kuivaa kurssille mukaan:
 - 1 tlk kasvishernekeittoa
 - 2 kpl omenoita (kuivaa kuutioina)
 - 150g vähärasvaista jauhelihaa/ 200g herkkusieniä (tai halutessasi esim. itsekeräämiäsi kantarelleja/suppilovahveroita) (Huom. Jauheliha kannattaa ostaa palvelutiskiltä tai jakaa kaverin kanssa)

Jos olet allerginen jollekin seuraavista ruoka-aineista, ota yhteyttä kurssinjohtajaan. Osta kuivausta varten tulevat ruoka-aineet omalla kuitillaan, ilman että käytät mitään etuuskorttia. Saat kurssilla rahasi takaisin käteisenä kuittia vastaan. Ohjeita ruokien kuivaamiseen löydät internetistä ja retkiruokakirjoista (esim. Hentman Raija: Herkutellen luonnossa, kuivat tuotteista kunnan eväät)

3. **Varusteiden hankkiminen:**

- Henkilökohtaiset varusteesi
 - o kokoa itsellesi sopivat varusteet **viikonlopun mittaiselle** talvivaellukselle kurssikirjeen ohessa olevasta listasta (vain henkilökohtaiset varusteet). Osana kurssille valmistautumista on selvittää, mitkä ovat itsellesi tarpeellisia varusteita.
 - o Pakollinen varuste jokaiselle: Termospullo(-ja) tilavuudeltaan vähintään 1 litra/kurssilainen.
 - o Pakkaa omat varusteesi joko rinkkaan tai ahkioon, sillä ne kulkevat koko ajan mukana. Kurssimme on suunnitellusti **hihtovaellus**, joten ota sukset mukaan myös. (Mahdollisesta muuttuvasta lumitilanteesta tiedotetaan ennen kurssia)
 - o Majoitumme säätilanteesta riippuen joko erilaisissa avotulimajoitteissa tai muissa perinteisissä majoitteissa. Varaudu siis talviseen säähän riittävän hyvällä makuupussilla/-pusseilla ja alustalla.

- o Muista pakata mukaan useammat sukat ja hanskat, sillä ne tulevat kastumaan todennäköisesti.

Muut varusteet, jotka tulevat kurssin yhteiskäyttöön:

- Trangia tai muu retkikeitin
 - o jokaisesta lippukunnasta tulee olla ainakin 2 keitintä. Jos olet ainoa kurssilainen lippukunnastasi, ota mukaan oma trangia. Sinolin saa kurssin puolesta.

Jos sukset, ruoanlaittovälineet tai jokin muu varustus on puutteellista, ota rohkeasti yhteyttä kurssinjohtajaan. Selvitellään yhdessä varusteiden mahdollista lainaamista!

TERVETULOA! Nähdään kurssilla!

Paavo Kaija, 044 425 3443, paavo.kaija@partio.fi

PS. Ilmoita myös mahdollinen erityisruokavaliosi Paavolle

Yön yli kestävän retken varusteet

● = perusvaruste

○ = tarvittaessa, olosuhteet huomioon ottaen

Henkilökohtaiset varusteet

Päällä	kesä	talvi	omat muistiinpanot
käytännöllinen takki	●		
tuulenpitävä, hupullinen takki	○	●	
vuorilliset tai vuorittomat retkihousut	●	●	
välihousut		○	
alusvaatteet, esim. urheilukerrasto	●	●	
villa- tai fleeecepusero		○	
pitkähihainen paita	○	●	
lyhythihainen t-paita	●		
villa- tms. sukat	●	●	
vaellusjalkineet / kumisaappaat / hiihtojalkineet	●	●	
jalkineiden pohjalliset	○	○	
sadeasu tai kuorivaatteet	○	○	
kaulaliina	○	●	
kevyt retkipäähine	●	○	
tuulenpitävä, korvia ja poskia suojaava päähine		●	
vaelluskäsineet	○	○	
lämpimät vaellusrukkaset ja lapaset		●	
rinkka / ahkio	●	●	
rinkan tai repun sadesuojus	○		
sukset		●	
sauvat		●	
kello	●	●	
sääskiöljy tai -puikko	○		
nenäliinoja	○	○	
Kantolaitteessa tai ahkiossa	kesä	talvi	omat muistiinpanot
Perusvarusteet			
makuupussi (vuodenajan mukaan)	●	●	
makuupussilakana	○	○	
makuualusta (vuodenajan mukaan)	●	●	
vara-alusvaatekerta	●	●	
villakerrasto	○	●	
villa- tai fleeecepusero, jos ei päällä	●	●	
pitkähihainen paita	●	●	
lyhythihainen paita	○		
shortsit tai lyhennettävät pitkät housut	○		
vaihtoasu	●	●	
ohuet ja paksut sukat	●	●	
leirijalkineet, esim. lenkkarit tai sandaalit	●	○	
kahluujalkineet	○		
sadeasu tai kuoriasu	●	○	
untuvatakki tai muu lämmin taukovaate		●	
kaulaliina, jos ei päällä	○		
käsineet	●	●	
päänsuojus, esim. kommandohuppu		○	
yömyssy	○	○	
yöasu, esim. ylimääräinen kerrasto	●	●	
puukko	○	○	
kartta, kartan suojus tai karttalaukku, kompassi	○	○	
tasku- tai otsalamppu ja varaparistoja	○	●	
tulitikkuja	●	●	
muki ja ruokailuastia	●	●	
lusikka, (veitsi ja haarukka)	●	●	

vesipullo	●	○	
peseytymisvälineet, pieni pyyhe, hammasharja	●	●	
WC-paperia	●	●	
matkavaatteet	○	○	
rahat, henkilöpaperit, luvat, avaimet	●	●	
matkapuhelin	●	●	
Muut henkilökohtaiset varusteet			
termospullo	○	●	
kamera ja filmiä tai muistikortteja, varaparistoja	○	○	
objektiiveja, jalusta	○	○	
luuppi	○	○	
kiihari	○	○	
muistiinpanovälineet	○	○	
luonto-oppaita	○	○	
kalastusvälineet ja -luvut	○	○	
muut mahdolliset harrastusvälineet	○	○	
lämpömittari	○	○	
aurinkovoide	○	○	
(polaroidut) aurinkolasit	○	●	
varasilmälasit	○	○	
myrskylasit		○	
päiväreppu	○	○	
kumisaappaat ja pohjalliset	○	○	
saappaan varahuopavuorit		○	
säärystimet	○	○	
istuinalusta	○	○	
hyttyshattu	○		
tuulihousut		○	
jäänaskalit		○	
muovipusseja	○	○	
Ryhmäkohtaiset varusteet			
	kesä	talvi	omat muistiinpanot
teltta, laavu tai loue	●	●	
retkikeitin ja kattilat, paistinpannu	●	●	
polttoaine	●	●	
keittimen alusta	○	○	
tulitikut ja varatikut, vesitiiviisti suojattuna	●	●	
tulentekopussi (kynttilä, sytytyspalat, tervasta jne)	○	○	
kauha ja vispilä, lasta	○	○	
vedenkantopussi	○	○	
retkikirves ja -saha	○	○	
kartta, kartan suojus, kompassi	●	●	
GPS-laite	○	○	
avaruushuopa	○	○	
pelastusköysi, vähintään 20 m	●	●	
pyykkipojat	○	○	
kukkalapio	●		
suksivoiteet, silikonია		●	
kenkärasvaa	○	○	
kynttilöitä		○	
lumilapio		○	
radio (säätiedotuksia varten)	○	○	
tuulisäkki		○	
retkiruoat ja -juomat (katso oma listansa)	●	●	
korjausvälineet (katso oma listansa)	●	●	
ensiapuvälineet (katso oma listansa)	●	●	