

Min utrustning och mat på GR221 Mallorca 15-20/4 2018

Ryggsäck

OMM Classic 32 L + extra flaskhållare och modifierad (utan ryggstycke) 553 g

Tält och tillbehör

Tarptent Notch med sex tälpinnar anpassade för underlaget 880 g

Som tältstolpar användes justerbara stavar Black Diamond Carbon FLZ 105-125 cm

Sovsäck

Sea to Summit Spark 2, R (183 cm), tvåsäsongsdunsäck 480 g

Liggunderlag

Sea to Summit Ultralight R (R 0,7) 367 g

Kök

Esbite Stove 75 g

Bränsle: 16x12g Esbiter (en tablett på 12g har en brinntid på 9 min och räcker för 64 cl vatten) 192 g

Kärl: Evernew Titanium 64 cl 88 g

Fork spoon i titan 19 g

FlexiCup 23 g

Säkerhet, första förband och navigering

Emergency Bivvy bag folie SOL 120 g

PLB (Ocean PLB1) 115 g

Förstaförband-kit (eget ihopplockat för detta äventyr) + Xinox vattenrening 10 ml 204 g

Karta (Alpina Serra de Tramuntana 1:25000) och tumkompass 179 g

Regnkläder

Regn- och vindjacka: Berghaus Vapourlight Hypersmock 2.0 76 g

Regnbyxa: Montane Minimus 139 g

Förstärkningsplagg

Haglöfs L.I.M Barrier Pro med luva (QuadFusion-fyllning) 200 g

Strumpor, huvud och händer

Smartwool PhD Run Ultra Light Mini (mix av merino/nylon/elastane) 13 g/par

Mössa och buff i merino + fingervantar 95 g

Övernattningskläder (också ämnat som torrt ombyte i yttersta nödfall)

Underställ (långärmad merinon och fleecebyxor) och strumpor i ull 430 g

Handduk (med hög torkförmåga)

Sea to Summit 100x50 cm 113 g

Elektronik

Powerpack 2600 mAh (2 st, istället för en på 5200 mAh, om en skulle ge upp) 160 g

Kamera Olympus Tough TG-630 (+ ministativ för kamera och iphone) 238 g

Iphone 6S (med Viewranger och aktuell karta) 163 g

Laddningskablar och extra batteri 125 g

Pannlampa

Silva Runner 2 122 g

Softflask 4 x 50 cl á 45 g

180 g

Totalvikt utrustning

5349 g

Mat och energi för fem dagar

Frukost	674 g
Lunch	741 g
Middag	1203 g
Energi	1512 g

Totaltvikt mat och energi **4130 g**

Total utgångsvikt på 32 liter ryggsäck den 15/8 **9479 g**

Kläder på kroppen och tillbehör från start under färden

Skor: Inov-8 Mudclaw 300	550g/par
Kortärmad trailshirt med krage	180 g
Shorts	116 g
Strumpor: Smartwool PhD Run Ultra Light Mini	13 g/par
Keps	33 g
Stavar: Black Diamond Carbon FLZ (justerbara)	345 g
Suunto Ambit3 Peak (GPS-klocka med alla nödvändiga finesser)	76 g

Totalvikt **1313 g**

Min kroppsvikt: 64 kg (174 cm lång)

Må väl / Niklas Holmström – livsnjutarbloggen@gmail.com

