



Jak se sbalit na vandr?

Oblečení: Nebalte zbytečně moc náhradního oblečení. Špinaví jsme prakticky od prvního kilometru/první hodiny, a je zbytečné se „převlíkat do čistého“, stejně bude do hodiny zase špinavé. Potřeba je jen čisté spodní prádlo a ponožky a náhradní triko a tepláky pro případ, že zmokneme. Nebo se prostě z mokrého převlečeme do spacího. Proto by oblečení na spaní nemělo být pyžamo, overal, noční košile... ale tepláky a triko. Nezapomeňte na mikinu a nějakou tenkou bundu (větrovku).

Boty: Na nohou je potřeba mít **pevné pohodlné boty**, ve kterých půjdeme. S sebou přibalte nějakou odlehčenou alternativu, ideálně **trekové sandály**. Po celodenním pobytu v pohorkách si nožky zaslouží večerní odpočinek v otevřených botách. A když se do nich vezmou ponožky, poslouží dobře jako náhrada za promoklé boty.

Karimatka: Marná sláva, na vandr je nejlepší úplně **obyčejná pěnová karimatka**. Je výrazně lehčí (cca 250 g oproti 1500 g) než ta samonafukovací. Je asi tak padesátkrát rychleji vybalená a nachystaná na spaní a hlavně asi stokrát rychleji sbalená.

Spacák: Je potřeba, aby měl **funkční zip** a byl zabalený **v batohu**. Pokud nás zastihne déšť a spacák je připnutý z venku na batohu, rovná se to pak nocování ve vlhkém (v tom lepším případě) nebo i úplně mokrému spacáku. A to nic příjemného není...

Pláštěnka na batoh: Většina batohů má pláštěnku jako součást vybavení už při nákupu. Zpravidla je ukrytá v malé kapsičce pod vrchlíkem. Pokud vaše krosna pláštěnku nemá, doporučujeme nějakou pořídit. V Decathlonu stojí asi dvě stovky a opravdu se vyplatí, ji mít...

Hygič: Kartáček na zuby, malé balení zubní pasty, malá krabička s mýdlem a malý ručník. Víc opravdu nepotřebujeme 😊. Na co se ale nevyplatí zapomenout, je **toaletní papír**. Stačí cca půl roličky. Prosíme, **neberte** vlhčené ubrousky! Syntetický materiál, ze kterého jsou vyrobené, je prakticky nerozložitelný. Takový nepořádek po sobě v přírodě nechávat nechceme. Existují i rozložitelné alternativy, ale ty jsou o poznání dražší...

Lahev na vodu: Musíme počítat s tím, že zásoby vody si musíme vždy aspoň kus cesty nést na zádech. Potřeba je jedna **1,5l lahev s pitím** (vodou – v ochucené minerálce nebo čaji si špagety fakt neuvaříme...) a jedna **prázdná 1,5l** lahev na případné nabrání vody cestou. Stačí obyčejné PETky 😊.

Na co ještě nezapomenout: Nezbytná je **baterka** (ideálně čelovka), **pláštěnka**, **hrnek** (plecháček), **lžíce** a **zavírací nožik**. Nebalte ešusy ani jiné kusy nádobí. Byla by to zbytečná váha navíc. Nepotřebujeme je.