



ALGEMENE UITRUSTINGSLIJST OUTDOOR OPLEIDING 2025

Indien er geen training nummer (tr.) achter het item staat, dan heb je dit item elke training nodig

Uitrusting

- Rugzak (60 a 70 liter)
- Slaapzak tot -5°C
- Slaapmatje (Inflatable)
- Bestek en metalen keteltje
- Drinkfles of bidon (min. 2 liter)
- Koffie/thee
- Hoofdlamp
- Touw, 4 mm (20 meter)
- Brander (kan gedeeld worden)
- Plaatkompas
- Firesteel
- Wandelstokken (tr. 3,4,7)
- Tent (tr. 1,3,6,7)
- Klein EHBO setje
- Lunch (koekjes, pinda's etc.)
- Zonnebril
- Noodfluitje
- Notitieboekje en pen
- Powerbank
- Reserve batterijen voor hoofdlamp
- Tarp/zeiltje (tr. 2,4,5,7)
- Bushcraft mes
- Vishengel (tr. 7)

Kleding (Synthetisch)

- Hoge wandelschoenen (geen sneakers)
- 2x outdoor broek (geen spijkerbroeken)
- 3x Synth. T-shirt
- 1x Jas (waterdicht/goretex)
- 1x Sjaal of buff
- 1x korte broek (tr 6, 7)
- 1x paar gaiters (tr 3, 7)
- 1x Thermobroek
- 2x paar Sokken
- 1x Muts
- 1x Fleece of warme trui
- 1x Regenbroek (gore tex)
- Synthetische onderbroeken
- 1x Zwembroek/bikini (tr. 6, 7)
- 1x Winter handschoenen (tr 3)
- 1x Thermo Trui

Toiletartikelen

- Tandborstel
- WC papier of papieren zakdoekjes
- Deet/muggenspray (tr. 6, 7)
- Klein compact handdoekje
- Tandpasta
- Zonnebrandcrème
- Neutrale zeep
- Oordopjes

Aangevuld vanuit de opleiding

- Kaarten
- Ontbijt en warme maaltijden (training 1 + 7)