

ARKTISK FRILUFTSLIV – UTSTYRSLISTE

Oppdatert 09.06.26

Hei studenter. Velkommen til Alta!

Under følger en liste over nødvendig og anbefalt utstyr. For å være sikker på at det viktigste er på plass er det en del utstyr som du **må ha** for å kunne gjennomføre årsstudiet/ første år av bacheloren. Prinsipielt ønsker vi at studentene tar utgangspunkt i det de har av bekledning og utstyr fra før, og supplerer det som eventuelt trengs. Læring om utstyr og relevant forbrukerbevissthet er et tema på studiet. Når det gjelder vinterutstyret, vil vi ha en gjennomgang av dette i løpet av høsten, slik at hvis du trenger å skaffe noe nytt til vintersemesteret kan du vente med det.

Det du **trenger** til studiestart/høstsemesteret er dette:

- **Bekledning.** Herunder langt ullundertøy, ullgenser/fleece, varm jakke/dunjakke, ullsokker, ullvotter, vindvotter, lue/buff, vanntett skalljakke og bukse og annen bekledning. Husk at du kan oppleve kuldegrader allerede i september og at snøen kan komme i oktober.
- **Fjellsko/-støvler** – som tåler fuktig terreng over flere dager. Støvlene må ha god ankelstøtte og plass til ullsokker. Lave fjellsko bør kombineres med gamasjer.
- **Varme campsko** - vi har en tur i november der vi har erfart at studentene har behov for varmt fottøy.
- **Gummistøvler** (anbefalt) - gjerne av solid type (Muck boots e.l.) til opphold i reingjerdet og også til kysttur på våren.
- **Arbeidsklær** for tur til reingjerdet. Dette bør være ytterklær som du ikke er spesielt redd for (kan bli skittent og få hull). Kan evt. kjøpes på bruktbuikk lokalt.
- **Sovepose og liggeunderlag.** Soveposen (e) bør ha en komforttemperatur på minimum -5.grader (det er mulig å kombinere to poser). Vi anbefaler å kombinere to liggeunderlag – ett oppblåsbart og ett til å legge rett på bakken.
- **Tollekniv til tur-bruk.**
- **Dagstursekk** (ca 30-50 liter) **og storsekk** (ca 65-90 liter) til turer med overnatting. NB! Størrelsen på sekken vil også være avhengig av person, utstyr o.l.
- **Kartmappe og kompass.** Hvis du må kjøpe nytt anbefaler vi kartmappe med rullelukking og borrelås fra Ortlieb, speilkompass fra Silva eller Suunto som har klinometer (bratthetsmåler).
- **Turkart Alta.** [Turkart Alta 1:50 000 \(2 kartblad\) | Turkart Norge | Calazo](#). Dette må alle ha fra studiestart. Kan kjøpes lokalt eller fra kart.no. Andre kart må skaffes underveis i studiet etter behov.
- **Drikke- og spise utstyr:** Termos, vannflaske, bestikk, tallerken, turkopp, o.l.

- **Hodelykt.** Vi anbefaler at den har lysstyrke på minimum 350-500 lumen.
- **Førstehjelpsutstyr** til eget bruk.
- **Skistaver/ gåstaver** - helst justerbare staver (til opplegg med truger)

I tillegg kan følgende **være kjekt å ha** på høsten:

- **Telt** - som også er egnet til vinterbruk. På turer i undervisningen bruker vi UiT telt.
- **Brenner og kokekar** til private turer. Husk også reparasjonssett til brenneren.
- **Fiskeutstyr**
- **GPS** (Garmin el.) (er obligatorisk utstyr på 2. året)
- **Multiverktøy** og annet reparasjonsutstyr
- **Kikkert** (er obligatorisk utstyr på 2. året)
- **Vindsekk** / jervenduk
- **Navnelapper** til utstyr – mange studenter har likt utstyr

Det du **trenger** til vinteren er dette (vi går nærmere gjennom dette i løpet av høsten):

- **Bekledning** for vintervær og vind.
- **Sovepose og liggeunderlag** som er egnet til vinterbruk.
- **Skiutstyr:** Du må ha solide fjellski som du både kan gå og renne med på vidda og i mer alpint terreng. Vi anbefaler at du har ski med stålkant. Dersom du har ulike typer ski (fjellski/ telemark/ rando) så ta gjerne med dette. Vi bruker ikke langrennsski i undervisningen, men det er gode treningsforhold for dette i Alta.
- **Skistaver** – gjerne justerbare
- **Skisko** bør ha plass til ullsøler og ull sokker uten å bli for trange (Skiskoene bør generelt være 1-2 str. større enn vanlige sko)
- **Sammenleggbare snøspade** med metallblad
- **Søkestang** - minimum 240 cm lang
- **Skismurning og korte eller lange skifeller** etter dine ski
- **Fotposer/campsko**
- **Pulk** til de lengre vinterturene. Paris-pulk med taudrag fungerer fint

I tillegg kan følgende **være kjekt å ha** på vinteren:

- **Vinterplugger** til privat telt
- **Skredsøker** (er obligatorisk utstyr på 2. og 3. året)
- **Primusplate**, f.eks. treplate for å unngå at den synker ned i snøen

Ved spørsmål om denne utstyrslisten ta kontakt med studieprogramleder Inger W. Krempig (inger.w.krempig@uit.no)

Vel møtt!