



Nå er det  
din tur!



ALLTID BEREDT

# V-v-v-vintertur!

## Kretsens supertur 7. og 8. februar

Gjøvik speidergruppe inviterer resten av kretsen med på den årlige vinterturen. I år går turen til Innersetra, som er Gjøviks speiderhytte på Vardalsåsen. Vi skal overnatte i gapahuk i området rundt hytta. Fra parkeringsplassen og inn til hytta er det ca. 3 kilometer vi skal gå på ski.

### Viktig informasjon:

Ved vinterovernatting må man passe på to ting: Hold deg tørr og spis skikkelig! Da holder du også varmen. Tørr holder du deg ved å bruke ull under og vindtøy utenpå. Er det ”vått føre” kan det være lurt å ha med en regnbukse og -jakke. Før du legger deg må du skifte til tørt undertøy, særlig viktig er det å ha tørre sokker på beina når du legger deg. Sjekk utdelt tipsark for mer info!

Det tas værforbehold på turen, dersom det blir veldig kaldt.

### Avreise:

Det blir felles avreise fra Hoffsvangen kl. 10.00. Lederne har plass til totalt 7 speidere i egne biler, så vi er avhengig av at noen av foreldrene har mulighet til å kjøre i tillegg. Gi gjerne beskjed om dere har mulighet til å kjøre enten én veg eller begge ved påmelding. Kjørerute blir delt ut på Hoffsvangen.

### Avslutning:

Vi regner med å være tilbake kl. 14.30 på Hoffsvangen søndag ettermiddag.

### Mat:

Alle tar med seg brødmatt til fire måltider. Det er lurt å smøre ferdige matpakker og gjerne litt ekstra. (smørbrød som kan varmes på bål er et tips) Det er også lov å ta med små mengder med «søtsaker» til kveldskos (rosin-sjokolade-nøtteblanding eller lignende.) Speidergruppa stiller med saft, te, toddy og sjokoladepulver for varmt drikke. Middagsmat får vi utdelt ved hytta, som vi vil tilbrede på bål.

### Pris og påmelding:

Kr. 150 pr speider. Innbetales sammen med påmelding til konto nr: 2050 09 03539. Prisen går til å dekke Gjøvik speidergruppes utgifter, mat og transport.

Påmelding skjer til Einar Nordengen, [einar.nordengen@icloud.com](mailto:einar.nordengen@icloud.com) innen tirsdag 3. februar.

### Utstyr som er lurt å ta med:

På deg: Lang underbukse/stillongs, undertrøye (har du en i ull er det best), skjorte, ullstrømper, ullsokker, skibukse (eller nikkers..), lange gamasjer, anorakk eller vindjakke, gode skistøvler, lue,

skjerf og votter. Ikke ta på deg så mye at du blir svett når du går eller jobber (grave bål plass, hogge ved, grave gapahuk...)

I sekken: Ekstra sokker, ekstra strømper, ekstra undertrøye (til å ligge i om natta), ekstra votter, ekstra lue, genser (ull/fleece), Dersom du ikke har tykke gode skistøvler: ta med ekstra fottøy til å gå i snøen med. Fotposer hvis du har.

Utstyr: Ski og staver, sovepose, liggeunderlag, kniv, fyrstikker, skismøring, plaster, litt gasbind, dopapir, tannbørste++, termos med varm drikke, lommelykt/hodelykt, kopp, bestikk, tallerken.

Se også tipsarket på neste side.

### **Hjemmeleder:**

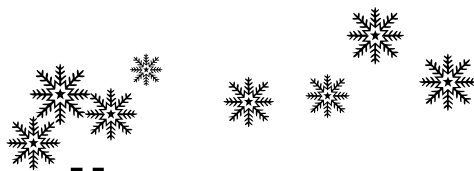
Monicha Megaard vil være hjemmeleder på turen og kontaktperson dersom det er behov for å formidle kontakt mot vi som er på turen. Det er ikke nødvendig at speiderne har med egen mobiltelefon. Monicha kan kontaktes på telefon: 905 92 075.

Vel møtt til en fin vintertur!

Hilsen

Lederne i Østre Toten speidergruppe





# Vinterhaik

Nyttig og viktig info, spesielt til foreldre...

Vinterhaik er en flott opplevelse hvor man virkelig opplever å være ute og klare seg selv. Vinterhaik kan være krevende, særlig tidlig på vinteren, og man bør ha tur-erfaring fra sommer og høsttur før man drar på vinterhaik. Varm nok sovepose er nødvendig, den bør holde minst T-lim på -10-12 grader!

## En vinterhaik foregår omtrent slik:

Man går en kort tur på ski, 1-2 km, fram til "leirplassen". Vel framme tar man seg en brødskeiv og litt drikke før man begynner å lage leir. Dette arbeidet består av å lage en bål plass og en gapahuk til patruljen, samt å ordne med ved for kvelden. Gapahuken lager vi ved bålet, med rager og presenning. Vi finner selvsagt masse granbar å ligge på og ordner med gode sitteplasser rundt bålet.

Når bål plassen og gapahuken er klar er det som regel klart for middagslaging og en hyggelig kveld rund bålet. Noen har kanskje lyst på en liten skitur med hodelykter i mørket, en spennende naturopplevelse. Andre synes det er godt å legge seg i posen og småskravle etter en fin dag i snøen.

Når det er kveld og klart for soving må man ordne seg litt for ikke å fryse om natta: Skifte til tørre sokker og undertøy, og legge et par stokker ved på bålet. Om morgenen er det litt kaldt å stå opp, men man blir fort varm når bålet er i gang og man har rørt seg litt. Så lager vi varm drikke på bålet, tiner brødskeiver og koser oss før vi pakker sekken og rydder leiren og tar fatt på hjemveien.

## Utstyrskrav:

En vinterhaik krever litt mer av utstyret enn en overnattingstur om sommeren.

**Soveposen** bør være av typen "holder minst 10 kuldegrader". En lakenpose, en fleece-pose (eller billig fleece-pledd) samt et yttertrekk hjelper mye på varmen. Dersom man har en annen gammel, tynn (ikke for tung) sovepose ekstra er det veldig smart å bruke to soveposer!

**Liggeunderlaget** bør være av typen celleplast. Oppblåsbare underlag er erfaringsmessig dårlige om vinteren, dessuten er de utsatt for punktering av bar og glør.

**Skistøvler** bør være av typen «turstøvler» da kan de brukes til aktivitet i snøen også. Dersom man har skistøvler med tekstil-overfalte er det lurt å ta med et par **ekstra utestøvler** til bruk etter at skiene er tatt av.

**Gamasjer** er helt nødvendig! Gamasjene hindrer at snø kommer ned i støvlene.

**Ytterklær:** vanlig vindjakke og turbukse er bra nok, men pass på at klærne er "glatte" slik at snø ikke fester seg så lett. Det er veldig lurt å gi klærne en omgang med impregneringsspray og strykejern, så holder man seg tørr og fin lenge.

**Overtrekksbukse** er veldig lurt å trekke utenpå når man er skal jobbe i snøen eller bare for å holde varmen. Regnbukse går også an som overtrekksbukse i snøen.

**Fotposer** er rett og slett en tøypose som kan trekkes utenpå støvlene og knyttes fast over kneet. Perfekt for å holde støvler og bukse fri for snø. Ta med hvis du har! Mange har sikkert et par slike liggende på loftet eller i en skuff. Forsvarets fotposer er ypperlige. Enkle fotposer koster ca 250 kr i sportsbutikken.



Husk at man ikke trenger å drasse med seg all verdens skift og varme klær. Tørre sokker og tørt undertøy til natten er viktigst, samt ekstra votter og lue. Vått tøy tørker ved bålet om kvelden og ellers når man beveger seg.

Annet viktig utstyr er: hodelykt/lommelykt, fyrstikker, termos, kniv, fotoapparat! Fellesutstyr som, øks, sag, kjeler ordnes felles, men det er fint om noen har med en spade/øks selv.