



Vi har akkurat fått sekken på ryggen og er på tur inn til i rypeterreng- et. Rammesekken min har fått en hel del ekstra vekt, da turkompisen ikke kan bære på grunn av en ryggoperasjon. Det ser unektelig noe komisk ut der vi går.

En med en overlesset reconpack og den andre med en liten dagstursekk. På vei ut av parkeringsplassen møter vi en kar på tur ned fra fjellet. Som vanlig i slike tilfeller slår vi av en prat og spør litt om forholdene. Da vi skilles kommer kommentaren: "Du - det ser ut som kompi- sen din har pakket litt mer fornuftig enn deg."

Det fleste som er på overnattingsturer har vel opplevd det: Man kommer hjem og pakker ut en sekk full av ting man nesten ikke har brukt, typisk ting i kate- gorien "kjekt å ha". Noe som i grunnen er greit. Problemet er bare det at dette "kjekt å ha" utstyret blir med ut neste

gang også, gjerne sammen med noe an- net som er kjekt å ha.

Om resten av utstyret også er i den litt tyngre klassen så blir fort helgetursekken 20 til 30 kilo. Tung sekk gir luksus og komfort. Det passer veldig bra til korte turer, eller lengre turer med korte dags- etapper. Ulempen er nok forbundet med begrensning i hvor langt man kan gå og trivsel mens man er ute og rusler.

Den største fordelene med å tvinge tyngden på sekken ned er at man har det mer behagelig når man er ute og går. Farten blir større, slitet reduseres og lengda på helgeturen kan økes i takt med vektreduksjonen. En enkel måte å unngå vekt på er å legge igjen telt, pri- mus, genser og tyngre ting hjemme. For så å fyre bål, improvisere bivuakk og ba- sere mat på for eksempel fiske. Vi skal ikke gå så langt i denne artikkelen, men skal se på noen pakketips for den var- mere delen av året.

Vi sier heller ikke at man alltid skal til- strebe minimal vekt. Den ene ytterlighe- ten er når man skal inn til den faste leir- plassen et par timer inn i fjellet. Da tar man selvfølgelig luksus med seg, en skal jo kose seg i camp. Den andre ytterlighe- ten er når målet kun er å gå fra A til Å, da ønsker man ikke vekt på ryggen.

### Dagstursekk

Den enkleste måten å tvinge unødven- dig utstyr bort på er å minke størrelsen på sekken.

En dagstursekk er gjerne fra 40 liter og nedover. Med en tresongs sovepose, firemanns telt, diger ullgenser og kan- skje en god gammel Optimus 111 så sier det seg selv at det fort vil skranke på plas- sen. Skal man på overnattingstur med dagstursekk må man ha samme tanke- gang som en polfarer, vekta må skjæres til beinet på alle mulige vis.

Selve sekken bør være lett i seg selv, vanntett og kan gjerne kun ha ett rom. Med liten vekt i sekken stilles det min- dre krav til bæresystemet. Det kan gjer- ne være enkelt, men bør være utført med hofterem.

### På kroppen

En ting er hva man har i sekken, nesten like viktig er bekleddingen man står og går i. De tunge fjellskoene kan med for- del byttes ut i lette sko. Skoene trenger ikke å ha den helt store ankelstøtten da behovet for ankelstøtte også minsker i takt med vektreduksjonen.

Lette sko gjør det mer behagelig å gå, samtidig som man bruker mindre kref- ter i hvert steg.



Det er i slike situasjoner at en Pack Lite dress virkelig kommer til sin rett. En lett og ledig bekledding som veier lite i forhold til den vanlige skalbekledding- en, ja for ikke snakke om en bomulls- bekledding som trekker vann. Pack Lite dressens brukbare motstandsdyktighet mot regn gjør også regndressen overflø- dig.

Under ytterbekleddingen kan man gjerne bruke nettingundertøy alla Bryn- je eller en annen type teknisk bekledd- ning. Ull er selvfølgelig fortsatt gode ting, men det veier noen gram ekstra.

### Klærne i sekken

Man skal ha med seg ekstra klær i fall man blir våt, det er barnelærdom. Ett ekstra sett underklær, ei fleecejakke, noen par med sokker, leirsko, en diger hjemmestrikka ullgenser, regndress, leir- lue, votter, hansker og så videre. På tur ut døra hjemme drar man selvfølgelig med seg enda et ekstra par med sokker og den tykke ull longsen som egentlig ble skrota – sånn for å være på den sikre siden.

Alt dette går ikke ned i en dagstur- sekk, heldigvis. Om man bruker teknisk bekledding under, altså superundertøy, så har man ikke det helt store behovet

for klesskifte. Det skal være veldig spesi- elt for at man ikke klarer å gå de noen- lunde tørre. Det er allikevel greit å ha med en ekstra longs, denne kan brukes i fall plumping, men også som et forsterk- ningsplagg i soveposen om natta skulle bli kald.

Et ekstra sett med sokker er en selvføl- ge (både liner og raggsockk). For over- kroppen kan man ganske enkelt klare seg med en fiber/dunjakke, eventuelt vest om man virkelig vil spare gram. Dette er pause, leir og forsterknings- plagg i ett.

### Leirutstyr

Telt har store variasjoner i vekt og dette er tiden for lettvekteren. Ett eller to- mannstelt, vekta bør ikke overstige et og et halvt kilo for én person og to kilo for topersoner. Unødvendige plugges legges igjen hjemme, men skjøteledd for stang bør være med ut. Kjøkkenet kan med fordel være utstyrt med en lett gassbren- ner og en enkelt kjele med lokk. Om man velger et spisekar som også kan bru- kes som kopp har man spart ytterligere noen gram. Kniv og gaffel trenger man normalt ikke – en god skje kan brukes til mangt.

Liggeunderlag av kort type og en lett

dunpose med god spenst er med å gi yt- terligere besparelse i vekt. Et kort lig- geunderlag kan enkelt lages av et i nor- mal lengde med en kniv.

Liggeunderlaget kan gå ned til rumpa, under beina legger man den tomme sek- ken. Komforten bestemmes av underla- get teltet settes på.

Lite utstyr gjør at det er mindre som kan gå i stykker, allikevel bør man ha med seg et multiverktøy, noe tape, tau og førstehjelpsutstyr. Verdt å merke seg er at man kan spare 2-300 gram på valg av multiverktøy. Kniven i multiverktøy- et skal gjøre andre kniver overflødige.

Peilekompasset er greit å ha med seg, men man kan spare noen gram på å vel- ge et av de minste orienteringskompas- sene. 1:100 000 kart er å foretrekke. Vi er av den oppfatning at en GPS med godt kartverk ikke kan erstatte kart og kompass. GPS'n er allikevel et godt hjel- pemiddel som øker sikkerheten om man kan bruke den riktig.

### Mat

Det er vel kanskje her det syndes mest. Vi kan forklare tungt utstyr med at det er dette vi har, men når vi kommer hjem med nesten like mye mat som når vi dro har vi ikke akkurat truffet spikeren på

hodet. Dette skyldes mest det at man er usikker på hvor mye som forbrukes. I tillegg har man gjerne med seg en del ekstra godsaker oppå det hele. På helgetur trenger ikke maten utgjøre noen vesentlig del av vekten i sekken, med riktig sammensetting et sted mellom 600 gram til 1000 gram hvert døgn. Til frokost er det mer eller mindre opplest og vedtatt at det er havregrøt/suppe som gjelder. Denne kan gjerne mikses med musli og selvfølgelig sukker. Ferdig frokostpakke i en egen pose. Om man bruker lettkokte havregryn er det nok å helle kokende vann over gryna. Poenget med dette er at man slipper brunsvidd havregrynsgrøt sammen med middagen. 200 gram frokostblanding gir godt med energi å gå på utover dagen. Skal man gå langt er mellommåltider og lunsj viktig, den må da være energirik, gjerne med hurtige karbohydrater. Er man glad i søtsaker har man med andre ord en god unnskyldning. Om man sper på med litt nudler og noen knekkebrød så har man en fullverdig lunsj. Frysetørket middag er og blir enkelt, lite søl og det er raskt å lage. Det finnes en mengde forskjellige retter på markedet så det burde være muligheter for alle og enhver. Så er det dette med kaffekosen da. De som absolutt ikke ønsker frysetørket kaffe, men som må ha skikkelig kokevare kan bytte ut gryta med kaffekjele. I alle fall om man har ordnet seg slik at ingen andre

ting må kokes i gryte. Man må finne seg i en svak smak av kaffe både i frokost og middag, men det må man godta. Om man ødsler litt på vekt kan man ta med seg en ekstra kjele, men...

### Fotoutstyr

Her får fotografene et dilemma, men kanskje er det vektredusjonene over som gjør at du får med deg speilrefleks med komplett fotosats og reservekamera ut. For de som skal spare vekt også her er det bare å godta, det er kompaktkamera som gjelder.

### Økonomi

De fleste har allerede en dagstursekk. Men en lett dunpose, kort liggeunderlag og et ekstra lettvekts telt har man vel nødvendigvis ikke i turkoleksjonen fra før. For mange kan det uansett forsvares at man går til noen innkjøp. En lett sommerpose kan i den kalde årstiden brukes sammen med tresesongsposen, til sammen utgjør disse en fullverdig vinterpose. I forhold til å kjøpe seg en diger vinterpose har man da faktisk spart penger. Det finnes en god del brukbare telt til under to tusen kroner som klart duger på sommerturer, Pack Lite eller tilsvarende dresser koster en del mindre enn tradisjonelle membrandresser. Man kan forsvare et nyinnkjøp med at det blir mindre slitasje og derfor lengre levetid på det tunge utstyret. En annen mu-

lighet er å la innerteltet ligge igjen hjemme og å bruke den bekleddingen man har, vi har jo spart inn så det monner på mange andre ting.

### Hvorfor reise så lett?

Den største grunnen til å reise lett er at man kan gjennomføre helgeturer som man med tungt utstyr bruker ei uke på. Det vil si; man kan gjøre turen man har drømt om i så mange år, men aldri har fått tid til.

Dagsetappene kan fort økes til over det dobbelte. For det første har man høyere fart, men mest fordi man har krefter til å gå lengre i antall timer. Det evinnelige slitet med den tunge sekken har sin sjarm, men man får kanskje litt mer igjen for turen når man slipper å være sliten. Sikkerhetsmessig er dette et dilemma, man har med seg mindre mat og mindre klær enn vanlig. Fordelen er at man fort og greit kan komme seg ned fra fjellet.

Det er bare du selv som kan avgjøre hva som skal ned i sekken, når du føler at det går på sikkerheten løs har du gått for langt. Med trening, prøving og litt feiling vil nok de fleste merke at vekten på sekken går ned betraktelig.

Tekst og foto: Bengt E. Rotmo



#### Under 10-kilos grensa:

Gassbrenner med fuel	500 gram	Tynne hansker	
Kaffekjele	250 gram	Lett lue	
Fiberjakke	500 gram	Innersokk	150 gram
Soverpose	450 gram		
Telt	1700 gram	Lang under	
Liggeunderlag	450 gram	Ragsokker	300 gram
Sekk	1350 gram		
Drikkeflaske	120 gram	Tape	
Skje og spisekopp	150 gram	Gps	
Mat 2 døgn	1500 gram	Kart og kompass	
Reservemat	600 gram	Førstehjelpsaker	
Rest for luksus	1280 gram	Multiverktøy	700 gram
		<b>Sum:</b>	<b>10 kilo</b>