



## HAUTE ROUTE TRÖLLANNA :: BÚNAÐARLISTI

### FATNAÐUR:

- Vind og vatnsheldur jakki með öndun (Gore Tex eða sambærilegt)
- Vind og vatnsheldar buxur (Gore Tex eða sambærilegt)
- Nærföt síðar/langerma (ull eða gerfiefni)
- Soft Shell buxur (Valkvætt)
- Soft Shell eða flís jakki (Valkvætt)
- Léttur dún eða fíber jakki
- Flís- eða ullarpeysa
- Húfa
- Hanskar (2 pör, þykkir, þunnir)
- Skíðasokkar (ull eða gerfiefni)
- Almennur fatnaður, bæjarferð, kvöldmatur.
- Inniskór (Valkvætt)

### SKÍÐA- OG BRET TABÚNAÐUR:

- Skíði (Fjallaskíði, Telemark eða split board) Mælum með 95-120mm miðjumáli
- Skíðastrappar – Notaðir til að festa skíði þegar borið er á bakinu
- Skinn
- Skíðabroddar (Nauðsynlegt!!)
- Skíðastafir (Helst stillanlegir, snjóþettafólk ætti að bera þrískipta stafi)
- Fjallaskíðaskór / Snjóþettafólk

- Snjóflóðaýlir
- Snjóflóðastöng (240cm eða stærri)
- Skófla
- Bakpoki 40+ lítra með skíðafestingum
- Hjálmur (Valkvætt)
- Skíðagleraugu

### SMÁHLUTIR:

- Svefnpoki -10c
- Höfuðljós
- Vatnsflaska og/eða hitabúsi, 1-2 lítrar
- Sólgeraugu
- Sólaráburður á andlit og varir
- Varahlutir og viðgerðir - Gott er að eiga og koma með varahluti í ykkar bindingar og skó. Leiðsögumaður ber almennan viðgerðabúnað.
- Lítil sjúkrataska (hælsærisplástrar og annað persónulegt sjúkradót)
- Myndavél
- Persónuleg drykkjarkjör af sterkari gerðinni fyrir þá sem vilja
- Tannbursti og nauðsynlegt snyrtidót
- Hleðslubanki og hleðslutæki/snúrur (Valkvætt)

### \*FYRIR OG EFTIR FERÐINA:

- Sundföt og handklæði
- Föt til skiptana
- Hleðslutæki

Bergmenn bjóða upp á fjallaskíða- og snjóflóðaútbúnað til leigu á góðu verði. Um er að ræða nýjustu Völkl skíðin, Dalbello skó og Pieps snjóflóðaútbúnað. [Hafðu samband](#) og við græjum fyrir þig allt sem þarf.

Við viljum einnig benda á [Fjallakofann](#) fyrir þá sem vilja festa kaup á græjum, en þar er mesta úrval útbúnaðar og besta þekkingin á þessu sviði hér á Fróni.



\*Allur búnaður sem þú hefur meðferðis en fer ekki með í þverunina verður geymdur á öruggum stað og komið til þín í lok ferðar.