

Wat moet je meenemen op huttentocht?

De uitdaging van een huttentocht begint al in de voorbereiding: wat neem je mee? Met de wetenschap dat je iedere kilo zelf van hut naar hut moet dragen, wil je selectief zijn in wat je meeneemt. Wat je meeneemt, is onder andere afhankelijk van de tocht die je wil maken, het seizoen waarin je gaat wandelen en het soort hutten waarin je gaat overnachten. Tijdens de huttentochten die ik maakte, leerde ik wat (voor mij) écht onmisbare spullen zijn en welke luxe ik me ondanks het extra gewicht wil veroorloven. Hieronder mijn paklijst, ook geschikt voor andere meerdaagse hikes!

De kunst is om zo licht mogelijke rugzakken te krijgen. Probeer onder een totaalgewicht van 7,5 kg te komen (inclusief water, exclusief schildersbenodigdheden). Hoe lichter hoe beter. Ga op grammenjacht.

Kleding

Tijdens een huttentocht is het fijn als je kleding lichtgewicht en sneldrogend is en niet snel gaat ruiken. En heel belangrijk: laagjes! Zorg dat je op ieder weer voorbereid bent, van snikheet tot sneeuw en ijs. Ik neem altijd twee setjes mee en spoel iedere dag na de wandeling een setje schoon. T-shirts van merinowol zijn praktisch, omdat deze minder snel ruiken. Na de wandeling hang ik ze even uit en de volgende dag ruiken ze weer fris. In de hut is het fijn om nog een setje chill-kleding te hebben, bijvoorbeeld een lichte, losse joggingbroek of een extra shirt of vest. Maar let op: alle luxe die je jezelf veroorlooft, moet je ook de hele tocht meedragen! Mijn kledinglijst is als volgt:

- Rugzak (45-55 liter)
- Regenhoes voor om je rugzak(of een vuilniszak)
- Wandelschoenen (categorie B of C)
- 2 t-shirts
- 1 sweater
- 2 merano t-shirts of voor elke dag één.
- sokken, voor elke dag een set.
- ondergoed voor elke dag
- 2 sportbeha's
- 1 softshell of (fleece)vest (evt. waterdichte hardshell i.p.v. softshell zodat je hem als regenjas kunt gebruiken)
- Regenjas (of waterdichte hardshell) poncho
- Regenbroek?
- lichte muts
- Handschoenen(dun)
- Sjaal of BUFF (allebei multi-inzetbaar!)
- Pet
- evt. Zwemkleding (voor een duik in een bergmeer)

Voor in de hut

Ah, het huttenleven! Na een lange dag wandelen trek je je schoenen uit, bestel je een drankje of plof je neer in één van de stapelbedden (als je geluk hebt) of op een gedeelde matraslager. Douchen is niet altijd mogelijk. In de meeste hutten kun je wel een kopje koffie of een biertje kopen. De meeste hutten hebben een uitgebreider assortiment: van zelfgebakken taart tot een lunchpakket (± € 10, meestal bestaande uit belegd broodje, appel, reep en flesje drinken). Pinnen is niet altijd mogelijk, zorg daarom voor voldoende contant geld.

- 1 lichte (jogging)broek (ook te gebruiken als je afritsbroek vies/nat is)
- evt. 1 extra t-shirt/hemdje (ook handig als pyjama)
- evt. 1 extra vest/trui
- evt. sokken of slippers (maar meestal zijn er ook Crocs of slippers in de hut aanwezig)
- lichte (katoenen)lakenzak + kussensloop liefst ademend Oordopjes tegen lawaai
- Handdoek (lichtgewicht en sneldrogend)
- Zaklamp of hoofdlamp
- Contant geld(ca 75 euro per persoon/dag in de bergen)
- Tasjes om je spullen te categoriseren (liefst stof, plastic kraakt teveel)
- evt. Klein spelletje (vb. kaartspelletje zonder het doosje, maar in de hutten liggen soms ook spelletjes)
- evt. Boek/e-reader (vb. een dwarsligger, lichtgewicht boeken), puzzelboekje
- evt. Oordopjes om muziek te luisteren
- evt. Theezakjes of klein flesje limonadesiroop, als je een keer iets anders wil dan water
- evt. Touw (te gebruiken als waslijn, reserveveters)

Toiletspullen

De belangrijkste tip: mini's! Bij iedere drogist kun je wel toiletartikelen in klein formaat scoren. En dan heb ik het niet alleen over vloeistoffen, maar ook over een tandenborstel, wc-papier of een haarborstel. Een andere handigheid: toiletspullen zijn multi-inzetbaar. Zo kun je je shampoo ook als zeep of wasmiddel gebruiken, en is aftersun ook geschikt als gezichtscreme of bodylotion.

- Kam (lichter dan een borstel)
- Scheerspullen
- Tandeborstel
- Tandpasta(halve tube)
- Zonnebrand (factor 30 of 50 voor een paar dagen, UV is groot op deze hoogte)
- Aftersun
- Deodorant
- Lippenbalsem met UV-bescherming
- Toilet papier of papieren zakdoekjes, is er wel in de hutten
- Biologisch afbreekbare shampoo/zeep(voor een paar dagen)
- (Reserve)lenzen
- Lenzenvloeistof
- Lenzenbakje
- Bril
- Tampons/maandverband
- Medicijnen (paracetamol, ibuprofen, eigen medicijnen)
- evt. Zeepvelletjes/wasblaadjes
- evt. Gezichtscreme
- evt. Voetencreme
- evt. Handgel
- evt. Nagelschaartje of vijl

Tijdens het wandelen

Iedere ochtend het avontuur tegemoet, met achter iedere bocht nieuwe uitzichten... bergwandelen is heerlijk! Zorg ervoor dat je altijd voldoende eten en drinken bij je hebt. Ik vind het altijd fijn om hier voor een beetje luxe te gaan: naast alle hard- en fruitkeks (voedzame koeken, waarvan fruitkeks het meest smaakvol zijn) neem ik ook altijd wat chocola of vers fruit mee. Dat betekent extra gewicht, maar geloof me: nergens smaakt dit zo lekker als bovenop een bergtop, na een flinke klim! Hou er rekening mee dat niet alle hutten goed bereikbaar zijn, en vers groente en fruit dus tot luxeproducten behoren.

- Waterzak (minimaal 2 liter) of flessen water
- (inschuifbare) Wandelstokken (tegengaan mogelijke knieproblemen, extra stabiliteit)
- Zonnebril
- Plastic zakken
- Zakmes
- Lunch (krijg je in de hutten) alleen de eerste dag)
- Tussendoortjes (droge worst, noten, gedroogd fruit, repen, druivensuiker, zoute drop)
- evt. Chocola (kun je ook in de hutten kopen), vers fruit of rauwkost
- evt. Pakjes sinaasappelsap ter afwisseling van water
- Oriëntatie en veiligheid
- Wandelkaart (1:25.000 of 1:50.000) reisorganisator
- Aluminium reddingsdeken, reisorganisator
- Fluitje, reisorganisator
- EHBO-setje (blaren(pleisters), klein schaartje, sporttape, bandage, snelverbanden, gaasjes) reisorganisator
- Telefoonnummers en adressen
- evt. extra wandelkaart op een app
- evt. kompas, reisorganisator
- Overig
- Paspoort

- NKBV-pas
- Pinpas
- Kopie belangrijke papieren/zorgpas
- reisverzekering voor wintersport
- evt. Rijbewijs
- evt. Creditcard
- Telefoon
- Oplader telefoon, splitter
- evt. Camera + oplader + SD-kaartjes
- evt. Powerbank (evt. op zonne-energie)
- evt. Pen + papier
- evt. Karabijnhaken, om dingen aan je rugzak te bevestigen,

Overig

Schildersbenodigdheden worden door de reisorganisatie verstrekt en worden verdeeld over eenieder. Ca 1 kg.