



## UITRUSTING & KLEDING (Basis Survival Training Nederland)

Deze lijst met materiaal en kleding is opgesteld voor de Basis Survival Training in Nederland. Stem het materiaal en de kleding af op het seizoen en bekijk de actuele weersvoorspelling bij aanvang van het weekend.

### Materiaal:

- Rugzak of weekendtas
- Klein rugzakje voor tijdens het lopen
- Slaapzak\*
- Slaapmatje
- Hoofdlampje of zaklamp
- Noodsignaalfluitje en aansteker
- 10 á 20 meter touw/paracord (3 mm dik)
- Notitieboekje en potlood
- EHBO kit
- Waterfles of veldfles
- Bestek, bord en beker
- Zitmatje
- Mes met vast lemmet

### Kleding & Toilet artikelen:

- Stevige schoenen (bij voorkeur geen gympies)
- Stevige kleding\* (geen spijkerbroek)
- Warme trui (fleece)
- Regenkleding
- Petje of muts\*
- Handschoenen\*
- Thermo kleding in het winterseizoen\*
  
- Tandborstel, tandpasta
- WC papier of tissues

### Bruikleenmateriaal verzorgd door de school:

- Tarp (tentje om onder te slapen)
- Firesteel
- Kaart en kaartentas
- Mes & Tools
- 

### Diversen:

- 
- 
- 

### Overige:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

\*Materiaal of kleding aanpassen aan het jaargetij en temperatuur.