



Rygsækken

og hvordan den pakkes optimalt

Det er utrolig VIGTIGT at spejderne selv pakker taskerne, så de ved hvor tingene er!

3 trin for en optimalt pakket rygsæk:

- Få fat i den rigtige rygsæk
- Pak det rigtige, og pak korrekt
- Tilpas rygsækken til din krop

Den rigtige rygsæk

Det vigtigste ved en rygsæk er at den passer til spejderens størrelse. Den skal hverken være for stor eller for lille. Man skal derfor regne med at man skifter sin taske ud i hvert fald 1 gang i løbet af sin spejdertid – hvis man starter tidligt.

En taske til de små skal ikke være større end 40-55 L i volumen. Mens at en ældre spejder godt kan få gavn af en taske på 70 L. Det afhænger altså fra spejder til spejder!

Dyre tasker holder bedre og er lettere i materialerne. En dyr taske kan ligeledes også sælges for mere, når man er vokset ud af den. Osprey er blandt de ypperste, da de er lette og har god pasform – det ses således også på prisen.

Pak det rigtige

Less is more! – Pak for guds skyld kun det nødvendige.

Evt. pakkelister skal selvfølgelig følges, men alt derudover bør overvejes nøje. Som tommelfingerregel bør taskens vægt ikke overstige 1/3 af kropsvægten.

Når du pakker er det vigtigt at det tungeste er tættest på ryggen (men over hoftehøjde) og det letteste er længst væk fra ryggen. Skab balance i rygsækken så den ikke er tungere i den ene side, og brug stropperne på taske til at spænde det hele ind, når du er færdig med at pakke. Sæt drikkedunken i sidelommen og småting der skal være lettilgængelige i toppen af tasken.

Tilpas rygsækken

For at justere rygsækken så den sidder optimalt på kroppen følges disse trin:

- Start med at løsne alle stopper og tag så rygsække på.
- Placer hoftebæltet om hoftebenet. Stram til så meget som du kan (er behageligt).
- Stram skulderremmene så vægten hovedsageligt stadig er på hofterne.
- På nogle rygsække kan man justere rygsækkens afstand fra skulderne – vis dette er muligt skal den sidde så tæt på kroppen som muligt.
- Til slut strammes brystremmen.

Se følgende for guide med billeder: <https://www.eventyrsport.dk/artikler/article/rygsaek-6-gode-rad-til-justering/>