

Tur med Trøkk nr. 23 **Vintertrøkk i Lifjell 26.-27. mars**



For Vandrere og Rovere

Da er det endelig tid for Trøkketur igjen! Denne gangen skal vi til Lifjell, som ligger mellom Bø og Notodden, hvor vi forhåpentligvis skal ligge i snøhule.



Om det blir snøhule eller ikke er opp til mengden snø i fjellet, men det kan vi ikke garantere, så vi har en plan B om været ikke spiller på lag. I tillegg skal vi lære om skred og trygg ferdsel i fjellet på vinteren.

Oppmøte blir lørdag 26. mars kl 10.00 på parkeringen ved Jønnbu Fjellkyrkje, hvor vi spenner på oss ski, før vi setter i marsj opp forbi Krintofjellet. Det er ikke så langt i luftlinje, men det er mange høydemeter og det er bratt, så ikke pakk mer enn nødvendig. Om vær og føre er med oss skal vi slå leir i nærheten av Glekse, hvor det tidligere år har vært enkelt å finne plasser med nok snø. Dette er rett over tregrensen med en

nydelig utsikt om været er klart. Denne dagen går hovedsakelig til snøhulegraving.

Søndag skal vi lære om skred, berging i skred og trygg ferdsel i fjellet på vinteren, før ferden går ned til Jønnbu hvor turen avsluttes ca. kl 16.00. Om noen ønsker å utfordre seg på litt utforkjøring, er det også muligheter for dette.

Vi satser på felles middag lørdag kveld, men hver enkelt må ha med seg egen mat utover dette. Anbefaler da mat som kun trenger å tilsettes varmt vann, f.eks. Real Turmat, Rett i Koppen, osv.

Pakkeliste personlig utstyr:

- Ski, helst med stålkanter,
- Staver, helst med bred trinse
- Vindtette ytterklær
- Vindtett lue
- Liggeunderlag
- Sovepose type vinter
- Tykke sokker, helst ull, 2-3 par
- Tykk genser, helst i ull eller fleece.
- Superundertøy, helst ull, og gjerne et skift i sekken
- «Pausejakke», en boblejakke eller lignende til å ta på under pauser.
- Fotposer til å tre utenpå skisko anbefales
- Gamasjer
- Søkestang hvis du har
- Skredsøker hvis du har
- Spade, anbefaler sammenleggbare i aluminium
- Mat til minst 4 måltider.
- Termos
- Vannflaske med en ullsokk rundt så den ikke fryser
- Turtallerken med bestikk

Fellesutstyr fra gruppene:

- Kokeapparat, helst multifuel eller rødsprit, gass fungerer dårlig i minusgrader. Ta med etter behov
- Kjelesett, etter behov
- En plate til å ha kokeapparat på slik at den ikke faller gjennom snøen
- Drivstoff til brenneren

Denne turen har en for-kveld, som er obligatorisk for Vandrere, men også anbefalt for Rovere. Her skal vi lære om bekledning, skredteori, snøhule og frostskader. Det blir også tid til litt sosialt og noe å bite i. Dette blir tirsdag 22.mars kl18.00. Sted blir annonsert senere.

Påmelding via systemet, innen fredag 18.mars

Turen koster 100 kr, og dekker middag lørdag, samt Trøkk-merke

Spørsmål rettes til Bendik Dagsrud, tlf. 93487988, e-post:

bendik_dagsrud@live.no