

Pakning af kajak til tur

Den første gang jeg skulle pakke min kajak til en kajaktur lærte mig, at man aldrig kan få for meget med. Den blev pakket, så kajakken lige akkurat kunne flyde, når jeg tog plads i den. Liggeunderlaget og andet grej blev spændt fast på dækket. Under de efterfølgende prøvepakninger blev jeg dog tvunget til, at tænke lidt over, hvor meget jeg havde med og hvordan det kunne proppes ned. I løbet af årene fik jeg udviklet nogle pakketeknikker, som har medført, at jeg har rigtig meget med, samt plads i overskud.

Andre kajakroere har ofte undret sig over, hvor meget jeg kan få plads til i kajakken. Selvfølgelig er der grænser for, hvor meget der kan reduceres i udstyr, uden at det går ud over sikkerhed og komfort samt underholdning. Min erfaring siger også, at der blot kan reduceres ganske lidt og derefter kommer problemerne. Vi har altid brug for ekstra tøj og sikkerhedsudstyr, så der kan holdes en høj sikkerhed under turen, men hvorfor skal alle medbringe pumpe, ekstra pagaj og slæbeliner. Jeg nævnte med vilje ikke paddelfloaten og den korte slæbeline, da paddelfloaten kan bruges til sidde på og slæbe kajakken op over på en stenstrand, og slæbelinen kan være sikkerhedslinen mellem roer og kajak i hårdt vejr, så det er helt fint at de ting er med, de kan flere ting, og så har de deres plads på kajakken.

Vi skal hele tiden undersøge og være kritisk med alt vores kajakudstyr og efterlade noget af det mest uvæsentlige hjemme. Her er nogle ting, jeg lærte om, hvordan jeg kunne reducere mængde og vægt.



Sådan pakker man ikke en kajak.

1. Tag et skridt ad gangen

Der er mange forskellige måder, du kan pakke din kajak på – og det er måske ikke dem alle sammen, der er lige heldige for dig, eller din kajak. Du behøver ikke starte med at udskifte alt dit grej og erstatte det med de letteste titanium gryder, super let stormkøkken og en ultra let sovepose. Start med at se på de åbenlyse ting, du kan gøre for at skære ned på både plads og vægt, her kan en pakkaliste være til stor hjælp. Opbyg en liste over, hvor du mener der kan reduceres i vægt og volumen. Når det er gjort kan du lave en liste over dét der skal udskiftes. Skær ikke håndtaget af din tandbørste, før du har luget ud i de 10 kg. af ekstra mad og unødvendigt grej, som du slæber med på kajakturen. Arbejd også på, at dit grej skal være i kajakken og ikke på kajakken.



2. Pak mere effektivt

Der er masser af plads i din kajak, du skal lære, hvor dine ting kan være og hvor de skal være. Pak altid i mindre/små pakkeposer, så der kan pakkes helt ud i hjørnerne. Skriv på poserne, hvad der er i, og bind en lille snor i dem, der skal ligge yderst, så du kan trække dem frem til lugen. Det er en klar fordel at anvende opbevaringsposer eller "Ikeaposer" til det du skal have med. Ikeaposen rummer ca. 50 liter og hvis du har en pose til forlugen og en pose til baglugen, samt mindre poser til mad, så kan du let få styr på, hvor meget du kan have med og hvor det skal være.

3. Teltet

Når det kommer til det absolut vigtige udstyr, så er teltet en af de ting, der fylder og måske vejer. Har du brug for et stort telt, hvis det kun er til dig selv? Bruger du størstedelen af pladsen i dit telt til grej, tøj og mad, hvorfor så ikke anbringe en stor del af dit grej, tøj og mad i kajakken og anskaf dig et mindre og lettere telt, Du vil blive overrasket over, hvor meget plads du kan spare med det helt rigtige telt, der fylder mindre og er lettere. Kajakken er det bedste sted til opbevaring af tøj, grej og mad.

4. Sov let

Vælg en ultralet sovepose og et kompakt liggeunderlag. De to ting vil formentlig reducere vægten på dit sovegrej med omkring 50 procent. Når du er ude og kigge på nyt turgrej som telt, sovepose, liggeunderlag og kogegrej, så skal du ikke kun se på hvor meget det vejer, men også hvor meget det fylder.

5. Køkkengrejet

Få det letteste køkkengrej du kan finde. Letvægts gryder lavet af titanium, UL-aluminium eller andre lette legeringer, men desværre er de også dyre, men det vil reducere vægten i forhold til rustfrit stål. Trangiasættet til to personer fylder noget mere end det til en person og så sparer du også på vægten.

6. Prioriter dit grej

Når du planlægger og prøvepakker, opdel dit grej i "skal ha med" og "vil gerne have med, hvis der er plads" kategorier. Lad "vil gerne ha med" ting blive hjemme. Hvis du virkelig havde brug for det, ville du have flyttet det over på "skal ha med", fra start af. Vask undertøj og t-shirt i en plastpose under turen, og brug biologisk nedbrydeligt vaskemiddel.

7. Lav en pakkedliste

Nu er du nået så langt, at du kan opbygge din helt egen pakkedliste og så tving dig selv til at følge den. Tving dig selv til at organisere alt det du skal have med på kajakturen, så dine pakkeposer har faste pladser i kajakken, det kan f.eks. gøres med forskellige farver snor eller mærker. Det vil også hjælpe dig med at fremskynde processen næste gang. Det er lige så vigtigt, at justere og ajourføre pakkedlisten efter hver kajaktur.

8. Vej din mad

Der synes at være en indgroet frygt for sult og hungersnød under planlægningen af en kajaktur. Det er ekstremt vigtigt, at du ikke smider mad ud, hvilket også giver et affaldsproblem, men hvorfor tage mere mad med, end du rent faktisk spiser. På maden kan du virkelig reducere meget vægt. Læg mærke til, hvor meget mad du rent faktisk spiser, og derefter tilføje en lille smule mere for at kompensere for de ekstra kalorier du brænder af i løbet af dagen.

9. Gør madvarerne lettere

Hvis du arbejder på, at komme ned i vægt for alle dine ting, for at spare både vægt og plads, kan du også undlade at købe færdigretter på dåse og mad der er emballeret i vand. Jeg har flere gange haft kartofler på glas med på kajaktur, hvor både kartofler, vand og glas vejer. Det kan jo bare reduceres til de kartofler der skal bruges emballeret i en papirpose, på den måde vil du spare meget i vægt. Mange slagterbutikker fremstiller røgede pølser med lang holdbarhed, som bliver vakuumpakket ud fra hvor mange pølser du skal bruge pr. dag, hvilket også er vægtbesparende. Du kan rent faktisk købe mange madvarer tørret, hvilket gør din madlavning til noget helt fantastisk.

Med lidt øvelse, kan du også nemt tørre dine frugter, oksekød, pasta og saucer i en ovn eller microbølgeoven, men det kan naturligvis gå ud over smagen. Vask op i havvand, hvis det er rent nok og tænk meget over, hvad du bruger af vand hver dag. Hav altid en portion reservemad med, det kan f.eks. være en pose frysetørret færdigmad, den fylder og vejer ikke ret meget. Reservemad på dåse vejer for meget. En madplan er absolut et must, og opbyg den ud fra hvor lang tid madvarerne kan holde sig.

10. Hold styr på hvad du bruger

Hold skarpt øje med, hvor meget mad du tager med, skriv ned, hvor meget du har brugt. Pak f.eks. rugbrød i dagsportioner, og har du mulighed for at vakuumpakke brød, så kan det holde meget lang tid. Efter turen skal du se på forbruget, hvad du har manglet og hvad der er tilbage efter turen. Næste gang ved du meget mere om, hvor meget der er brug for. Gør det samme med de andre forbrugsvarer og tøj, du har haft med. Lav din egen pakkeliste på forbrugsgrej, så du ikke tager noget med, som du ikke har brug for.

11. Alt det ekstra skal have flere formål

Som enhver god slankekur, så er det de sidste kilo, der er de sværeste at komme af med og sådan er det også, når kajakken skal pakkes. Du skal være absolut kreativ, når der skal investeres i kajakudstyr. Find grej der tjener flere formål, hvis det er muligt og gennemtænk grundigt, hvad du har brug for. Lad f.eks. regnfrakken blive hjemme, du behøver den ikke, hvis du har en god rojakke med eller et regnslag.

12. Hop op på vægten

Ved du rent faktisk, hvor mange kilo du pakker ned i kajakken? Vægten lyver trods alt aldrig. Du vil kun vide hvad grejet vejer, hvis du er interesseret i at reducere vægten på dit udstyr. Vej dig selv på en badevægt, mens du bærer alt det, du har med på en kajaktur, træk din egen vægt fra, så finder du den samlede vægt på alt det du har med på kajaktur.

Madplan

MORGENMAD

Müesli med nødder, frugt og mælk. 120 g. Müesli med havregryn, nødder og rosiner evt. og evt. æbler skåret i tern.

0,3 l. skummetmælk lavet af tømælk (købes i Irma, Meny eller Matas).

0,75 l. varmt vand i termoflaske til kaffe/chokoladedrik (frokost, kaffepause og tur afslutning).

Alle ingredienser på nær vand blandes og portionspakkes hjemmefra. Skummetmælkspulveret pakkes så en pose passer til blandeflasken (1 pakke er beregnet til 1 liter. Pakken deles i fire portioner 25 g. blandes med 0,3 l. vand). Man kan også hælde mælkepulveret i müsliblandingen, så der bare skal tilsættes vand, men det er jeg ikke tilhænger af.

FROKOST

2 – 3 skiver rugbrød vakuumpakkes i dagsrationer

Makrelfilet i tomat/chilesauce

Torskerogn

Dåseleverpostej

Dåserejer

Spegepølse

Ost

Som pynt kan der pyntes med mayonnaise, agurk, rødbeder, rødløg eller lidt stegte løg.

Drikkevarer: Vand, kaffe og chokoladedrik dertil lidt sødt

AFTENSMAD

Den første aften har jeg altid frisk mad med hjemmefra. Det kan være en god bøf der er frosset sammen med lidt grøntsager og sauce, eller en frosset gryderet, som tør op hen over transportdagen. Hvis det er muligt, så vil et fællesmåltid altid sætte lidt mere kulør til den første aftensmad på turen. Det kan f.eks. være frikadeller og kold kartoffelsalat med lidt grøn salat til.

De efterfølgende dage laver jeg en plan ud fra de kajakmadopskrifter jeg har samlet gennem årene.

MELLEMMÅLTIDER

2 – 4 små mellemmåltider under turen, dertil vand. Mellemmåltiderne kan være nøddebar, müslibar, nøddeblanding, peanuts eller en chokoladebar. Vær meget kritisk med smag og mængde.

Hvordan kan jeg prøvepakke kajakken????



Læg en snor ud ved siden af kajakken, med nogenlunde samme form som kajakken, gør snoren fast til græsset med ca. 6 pløkker. Derefter lægger du alle dine fyldte pakposer nogenlunde dér i figuren, hvor den skal ligge i kajakken. Du kan således nemt flytte rundt på dine pakposer, så de kommer til at ligge det helt rigtige sted.



Til sidst pakker du dit drikkevand, så det ikke ligger og gør resten af din oppakning våd, hvis der går hul på vanddunke eller vandposen. Jeg har 4 liter vand bag rygstøtten og 6 liter foran fodsparket. Her er det vigtigt, at der rent faktisk er plads til dine vanddunke, jeg kan f.eks. have en fyldt 6 liters vandpose foran fodsparket, så det skal der øves på.

Når der prøvepakkes er det en fordel, at kajakken ligger på et par sammenklappelige taburetter. Når kajakken er prøvepakket skal tyngdepunktet ligge, så den er lidt bagtung. Skræv ind over kajakken og løft den ved at tage fat inde i kajakken under cockpitkarmen og løft kajakken. Løft forsigtigt ved forkanten af sædet og kajakken skal være bagtung.



Pakkeliste til kajaktur ("skal ha med" til 4 – 8 dage)

Padletøj og tøj	Overnatning
<input type="checkbox"/> 2 par shorts <input type="checkbox"/> Sandaler eller sko <input type="checkbox"/> 2 stk. undertrøjer m. lange ærmer (uld) <input type="checkbox"/> 2 stk. T-shirt (uld) <input type="checkbox"/> 2 – 4 stk. underbukser (uld) <input type="checkbox"/> Strømper (efter behov og vejrudsigt) <input type="checkbox"/> 1 par lange bukser <input type="checkbox"/> Trøje til aftenerne (efter årstiden) <input type="checkbox"/> Rojakke (passende til årstiden) <input type="checkbox"/> Tørdragt (efter vandtemp og årstiden) <input type="checkbox"/> Redningsvest m. fløjte og horn <input type="checkbox"/> Spreydeck <input type="checkbox"/> Rosko, sandaler eller støvler <input type="checkbox"/> 2 stk. kasket/solkasket <input type="checkbox"/> Solbriller 2 stk. <input type="checkbox"/> 2 stk. store microfiber håndklæder	<input type="checkbox"/> Telt og tarp <input type="checkbox"/> Sovepose <input type="checkbox"/> Lagenpose <input type="checkbox"/> Liggeunderlag <input type="checkbox"/> Vand ca. 3 l. pr. dag afh af madplan/tur <input type="checkbox"/> Lys og pandelampe <input type="checkbox"/> Trangia komplet - uden kedel <input type="checkbox"/> Gas til Trangia i pose (husk at veje) <input type="checkbox"/> Opvaskemiddel (doseret til turen) <input type="checkbox"/> 1 stk opvaskebørste <input type="checkbox"/> 4 stk. microfiber karklude. <input type="checkbox"/> 1 stk. termoflaske m. varmt vand <input type="checkbox"/> Kaffe/chokoladedrik 3 – 4 kopper pr. dag <input type="checkbox"/> Tørresnor/ekstra barduner og klemmer <input type="checkbox"/> Ligther/tændstikker/ildjern (2 enheder) <input type="checkbox"/> Graveske
<hr/> <hr/>	<hr/> <hr/>

I kajakken	På kajakken
<input type="checkbox"/> Feltstol og bord (sammenklappelig) <input type="checkbox"/> Toilettaske og WC-papir <input type="checkbox"/> Solcreme, sollæbepomade og myggemidler <input type="checkbox"/> 1. hjælpstaske – husk kontrol af piller/medicin <input type="checkbox"/> Reparationssæt + Gaffatape <input type="checkbox"/> Morgenmad i poser til hver dag <input type="checkbox"/> Tørmælk til hver dag og blandeflaske <input type="checkbox"/> Mad /proviant til hele turen <input type="checkbox"/> Kop, tallerken, bestik og køkkengrej <input type="checkbox"/> Chokolade og energibarer 1 - 2 stk. pr. dag <input type="checkbox"/> Affaldsposer <input type="checkbox"/> Papir og blyant/kuglepen	<input type="checkbox"/> GPS + ekstra batterier + powerbank <input type="checkbox"/> Kort over turen <input type="checkbox"/> Paddelfloat <input type="checkbox"/> Ekstra pagaj <input type="checkbox"/> Svamp <input type="checkbox"/> Lænsepumpe <input type="checkbox"/> Livline og trækline <input type="checkbox"/> Fotoapparat og itui <input type="checkbox"/> Telefon i rojakken eller drybag <input type="checkbox"/> Fulde drikke dunke
<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Tag ikke noget ekstra med, der kun har én funktion. Tingene skal så vidt muligt have flere funktioner.</p> <p>Fyld hele kajakrummet op.</p> <p>Søvn, mad og tørhed er altafgørende.</p> <p>Pak altid i små drybacks (ca. 5 - 8 l.) evt. skriv på hver pose, hvad den indeholder.</p> <p>Gem listen og når du vender tilbage fra en tur, revidér listen - men seriøst.</p>



Tungt udstyr (proviant og vanddunke)



Mellemtungt udstyr i vandtætte poser (tøj, kogegej mv.)



Let udstyr (tarp, telt, liggeunderlag og sovepose i vandtæt pose)

