



**TUR  
tips**

Karoline og Simona nyter livet på telttur ved Systugguseetra. Foto: Erik Senstad

## Høstfjellet kaller, dra på telttur!

– Det er bare fantasien som setter begrensninger, det er så mange muligheter hvis man bare vil.

Av Åse Kari Gravråk

Teltturen i sommer ga mersmak. Carina Nilsen (35) fant en ideell teltplass mellom Prestkampen og Bånseterkampen i sommer, på baksida ned mot Svartvatnet. Derfra var det perfekt å gå opp på Prestkampen og nyte solnedgangen. Nå vil hun gjerne telte mer, også utover høsten.

### Fire voksne og en hund

– Jeg vil gjerne utnytte hele området på

Skei og se mest mulig, sier Carina. - Jeg går mye på ski på vinteren, men har vært litt lite rundt sommerstid.

De var fire voksne og en hund som var på telttur. De fant en fin plass der det var lunt og godt, stille og fint. Helt bevisst la de seg litt unna vannet så de slapp insekter.

– Vi har investert i et ordentlig fjellfelt, men liggeunderlaget jeg brukte var av den billige typen med kun luft, det var ikke helt ideelt. De andre hadde ordentlige Therm-a-Rest underlag med egen oppblåspose. Disse underlagene ble tykke og ga god komfort. Det blir nok til at jeg investerer i et sånn til neste tur, for flere teltturer blir det, absolutt!

### Noen minusgrader er ingen hindring

Erik Senstad (47) tar med ungene og ligger i telt så ofte de kan. Døtrene Karoline (8) og Simona (11), og hunden Balder synes det er helt topp. Noen minusgrader har ikke så mye å si, men de har foreløpig ikke telte på vinteren.

– Liggeunderlaget er noe av det viktigste, jeg pleier å ligge på oppblåsbart liggeunderlag med dun. Da trenger jeg ikke å ha så veldig mye på meg. I sommer var vi på telttur ved Systugguseetra, ikke så langt fra Kyrakampen. Det ser ut som det er mange fine teltplasser i Slagsfjellområdet og Bånseterkampen også, det blir garantert en høsttur!



Fint å telte mellom Prestkampen og Bånseterkampen. Foto: Carina Nilsen



Hunden Balder tar soloppgangen helt med ro. Foto: Erik Senstad



Kevin passer på. Foto: Carina Nilsen



Natten senker seg. Foto: Carina Nilsen

## GODE TIPS!

**Telt-plassen:** Se etter et flatt og tørt område. Fin utsikt er selvsagt å anbefale. Sørg også for å ha en vannkilde i nærheten.

**Liggeunderlaget:** Liggeunderlaget har stor betydning både når det gjelder varme og komfort. Et isolert, oppblåsbart underlag kan være nok i seg selv, eller du kan eventuelt kombinere oppblåsbart underlag med reinskinn som gir mye varme.

**Soveposen:** Du trenger nødvendigvis ikke den tykkeste vintersoveposen på høsten, men en komforttemperatur et sted mellom -5 og -10 grader kan være fint å ha. En lakenpose inni soveposen vil også øke komforttemperaturen. Husk at luft isolerer

**Bruk drikkeflaske som varmekasse:** Fyll en flaske med varmt vann og legg i soveposen. Tre en raggsock utenpå. Da snakker vi ordentlig teltkomfort. En slik varmekasse fungerer for øvrig ypperlig til å tørke våte sokker, men det er best å gjøre utenfor soveposen for å unngå fukt.

**Når du legger deg:** Sørg for at du er varm og mett når du kryper i soveposen. Gå på do om du må, ikke utsett det til sene og kalde nattetimer. Ta på deg ullundertøy, ullsokker og lue om du er bekymret for å fryse, men ikke særlig mer. Da beholder du et isolerende luftlag i soveposen. Ha uansett alltid på deg tørre klær når du legger deg.

**Lys i mørket:** Ta med en campinglykt eller en lyslenke for ekstra koselig stemning når mørket faller på. Det er godt å nyte den friske høstlufta rundt bålet. Bare pass på at bålet ikke står for nærme teltet, og at vinden ikke kaster glør på teltduken.

**Kjøpe brukt eller låne?** Det trengs litt utstyr når du skal på telttur, men det er ikke nødvendig å kjøpe alt nytt. Kanskje kan du låne av noen venner, eller på brukmarkedet ligger mye bra til en rimelig penge, for eksempel på finn.no. I tillegg har flere butikker utleie av utstyr, og hos BUA kan barn og unge låne utstyr gratis.

Kilde: [www.dnt.no](http://www.dnt.no)

## GOD TUR!



Carina Nilsen vil utnytte området på Skei mest mulig. Foto: Privat