

Swett presenterar

KILIMANJARO



Tre snabba tips



Tips 1:

Införskaffa ett par riktigt bra vandringsstavar. Att gå med stavar minskar belastningen på både rygg, axlar och knän upp till 30% vilket kan göra hela skillnaden för att nedfärden från berget ska bli en riktigt jobbig eller en njutsam upplevelse. Strunta i fördomarna om att det bara är skröpliga åldringar som har vandringsstavar. Vi rekommenderar det definitivt!



Tips 2:

Tänk på att flyga i de kläder du ska vandra i. Ju mer av sakerna du har på dig eller i handbagaget desto mindre saker försvinner om väl olyckan, mot alla odds, skulle vara framme och ditt incheckade bagage försvinner. Flyg i kängor, dunjacka och packa ned sovsäcken i handbagaget. Du kommer tacka dig själv!



Tips 3:

Investera i en Nalgene-flaska. Det är en flaska i hårdplast som är mycket rejälare än andra motsvarigheter. För den frusne så är det ett perfekt sätt att kunna somna varm. Be bara våra guider att fylla den med kokhett vatten så kommer den att värma dig i sovsäcken natten igenom. Mycket bra tips!

Tveka inte att kontakta oss för fler tips eller för att boka in dig på en resa!

✉ info@swett.se
☎ 070 - 586 44 58

📘 facebook.com/swett.se
📷 instagram.com/swett.se

 **Swett**