Een degelijke tochtuitrusting is van onschatbare waarde!

Een gewone dagrugzak is meer dan voldoende. Wij maken geen meerdaagse trektochten.

Een **hoedje**, een pet, een halsdoek, een sjaal… als het je hoofd maar afdekt tegen de felle zon.

Water en proviand zijn heel belangrijk tijdens een bergtocht: een **veld**- of **drinkfles**; **PET-fles** en een **brooddoos** zitten standaard in de rugzak.

Een **zonnebril** beschermt de ogen tegen zonnestralen.

Een trui en een regenjasje zitten nooit ver weg. Er bestaan al veel stoffen die licht zijn, maar wel goed isoleren of water afstoten.

Zonnecréme met een hoge factor beschermt de huid tegen zonnebrand.

Een (korte) broek is vooral licht en comfortabel. Stoffen zoals jeans zijn te zwaar en drogen niet snel!

Een **sportshirt** is licht en droogt snel wanneer het nat is. Om die reden is een katoenen t-shirts niet aan te raden om te wandelen.

Dé belangrijkste investering: **wandelschoenen**. Ze hebben een diep profiel en de enkel is ingesloten (hoge schoen). Ze zitten comfortabel. Pas wandelschoenen altijd met dikke (wandel)sokken. Stap nieuwe schoenen zeker in. Extra kenmerken is de soepelheid van de zool. Deze mag niet te buigzaam zijn. We spreken ook wel van een B-type schoen.

Wandelsokken zijn duur, maar zeker de moeite om te investeren. Ze zorgen dat blaren geen kans krijgen.