

Sovebrikker

Find det udstyr, der passer til dig, når du vil sove udendørs hele året.

Med brikkerne her får du overblik og kan nemt justere.

God fornøjelse :-)

af Lene Boch

Dit udstyr

Hvad skal du bruge til at sove udendørs hele året? I bogen kan du se, hvad jeg bruger og finde inspiration til, hvad du selv vil bruge.

Det har forandret sig over årene, hvad jeg bruger. Både fordi jeg finder på noget nyt og fordi prøver mig frem i forhold til, hvad der fungerer godt for mig. Men også fordi kroppen med tiden har fået en bedre temperaturregulering - og derfor ændrer behovet for meget varmt udstyr sig.

Husk!

Brug hvad du har allerede. Mit udstyr er blot en guide. Hvis du har andre soveposer, dyner, nattøj, så bruger du selvfølgelig det. Dog er uldtøjet værd at prioritere.

God fornøjelse :-)

...med at finde dit udstyr. Du kan bruge brikkerne her + tage noterne i bogen. Håber at begge dele kan hjælpe dig til at komme i gang med at sove udendørs hele året. Du skal selvfølgelig kun bruge det, der giver mening for dig.









