



RÅLUND GUESTHOUSE  
Nadja Delmonico & Alex Weber

Rålund 1 – SE-933 92 Arvidsjaur

Mobile: +46 76 138 54 48 / +46 76 138 54 59

Mail: kontakt@ralund-adventure.com

Web: www.ralund-adventure.com

---

## Richtige Kleidung Sommer / Herbst Erlebnis in Schwedisch Lappland

nehmt mit was euch gefällt – praktisch muss es sein! Für den Lapplandsommer gibt es keinen Dresscode!

Die Temperaturen können zwischen 0 °C und 30°C liegen. Wir empfehlen deshalb jeweils den klassischen Zwiebellook. Es kann sein, dass man morgens das Haus mit Regenjacke verlässt und mittags im T-Shirt dasitzt. Auch wenn das Thermometer nur 15°C anzeigt, die Sonneneinstrahlung ist sehr intensiv. Also auch Sonnenbrille und Sonnencreme einpacken!

- Regenkleidung / Regencap
- Fleecejacke oder -weste oder -pulli
- dünne Softshelljacke
- lange Wander- und/oder Trekkinghosen
- kurz- und langärmelige Shirts (je nach Saison Baumwoll-, Trekking- oder Thermoshirts)
- Wander- / Funktionssocken
- Badesachen
- Hut mit Mückenschutz oder Mütze, Halstuch oder Schal
- dünne Handschuhe
- gutes wasserdichtes Schuhwerk (Wander- und/oder Trekkingschuhe)
- Gummistiefel, sollte es das Gepäck noch zulassen ;-)
- Pyjama / Schlafsachen
- lockere Freizeitkleidung und Hausschuhe für Aufenthalt im Guesthouse
- Sonnen- und Mückenschutz (Spray oder ähnliches)!
- kleiner Wanderrucksack, Trinkflasche zum Auffüllen oder Thermosflasche für Tee
- Schlafmaske
- ...

Von uns zur Verfügung gestellt werden:

- Bettwäsche, Handtücher, Saunatuch, Bademantel
- Hausschuhe im Guesthouse