

---



# Campingjournal

---



En 30-dagers veiledet dagbok



Daglig notat

Laget med LoomJournals

---

# Slik bruker du denne dagboken

---

Velkommen til dagboken din! Her er noen tips for å få mest mulig ut av den:

- 1 Sett av noen minutter hver dag til å skrive
- 2 Vær ærlig og skriv fritt uten å dømme deg selv
- 3 Prøv å skrive til samme tid hver dag for å bygge en vane
- 4 Gå gjennom notatene dine ukentlig for å oppdage mønstre

- 
- Fyll inn sted og leirplassnummer så snart du ankommer — detaljene forsvinner raskt
  - Noter været morgen og kveld slik at du får hele bildet
  - Skriv ned høydepunktet mens det er ferskt — det ene øyeblikket som definerte dagen
  - Bruk beskrivelsen til å male scenen: omgivelser, lyder, lukter, atmosfære
  - Vurder dagen og legg til notater — tips, lærdommer eller ideer til neste tur



Skann for en detaljert guide om hvordan du bruker denne dagboken

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)

**Dato:** \_\_\_\_\_

**Sted** (parknavn, region, koordinater — vær spesifikk for fremtidig referanse)

**Leirplass / plassnr.** (campingplass-navn og plassnummer for fremtidig referanse)

**Vær** (temperatur, nedbør, vind, klart/skyet — morgen og kveld)

**Reisefølge** (hvem ble med deg på denne campingturen?)

**Høydepunkt i dag** (dagens høydepunkt — en utsikt, et bål, dyreliv, en samtale)

**Beskrivelse** (beskriv leirplassen, omgivelsene, lydene, luktene. mal hele bildet.)

**Vurdering** (totalvurdering av opplevelsen)

**Notater** (ytterligere observasjoner - dyreliv observert, ting å huske eller forbedre til neste gang)