

WAS NEHME ICH MIT?

Meine Packliste

DOKUMENTE & BARGELD

- ☐ Gültiger Personalausweis oder Reisepass
- ☐ Reiseunterlagen samt Wanderbeschreibung
- ☐ Bargeld / EC-Karte / Kreditkarte
- ☐ Fotokopien der wichtigsten Dokumente

BEKLEIDUNG

- ☐ Gute wasserfeste Wanderschuhe mit Profil (knöchelhoch, eingelaufen)
- ☐ Wollsocken (Merinowolle empfohlen)
- Regenschutz (Jacke / Anorak) + Regenhose (falls Wanderhose nicht wasserdicht)
- ☐ 1x lange atmungsaktive Wanderhose
- ☐ Kurze Hose
- ☐ Warmer Pulli / Wärmefleece
- ☐ Mind. 2x Funktionsshirts (kurz + lang)
- ☐ 1x dünne Handschuhe
- ☐ Stirnband und/oder Haube
- ☐ Sonnenschutz (Kleidung: Kopfbedeckung)

AUSRÜSTUNG & SONSTIGES

- ☐ Kleiner Tagesrucksack (mind. 20–40 Liter) + Regenhülle + Knirps
- ☐ Wasserflasche für mind. 1 Liter Flüssigkeit
- ☐ Trekkingstöcke
- ☐ Pflaster + Blasenpflaster / Verbandszeug / kleine Reiseapotheke / elastische Binde
- ☐ Proviant für unterwegs (Proteinriegel, Traubenzucker o.ä.)
- ☐ Ziplock-Tüten (u.a. für Müll)
- ☐ Handy + Powerbank

