

Packliste

Basics

Wander- oder Trekkingschuhe

Rucksack

Stöcke

Grödel

Erste-Hilfe-Set

Karte, Führer, Kompass, Höhenmesser

Biwaksack (einer pro 2 Personen)

Stirnlampe/Taschenlampe

Mobiltelefon mit eingespeicherter Notfallnummer (international gültig: 112)

Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift)

Bekleidung

Wetterschutz (Jacke, Überhose)

ggf. leichte Ersatzwäsche zum Wechseln

Handschuhe und Mütze

Nützliches

bei Übernachtung auf Hütten: Hüttenschlafsack, Waschzeug, kleines Handtuch

Unzerbrechliche Trink-/Thermosflasche

Taschenmesser

Mülltüte (z.b. Müllsammelbeutel #hikeuppickup)

Sitzunterlage

Blasenpflaster

Rucksackgewicht ca. 7,5-10 Kg

