

Die Wander- PACKLISTE

MUST HAVES WANDERUNG

- Rucksack mit Regenhülle
- Wanderschuhe
- Wandersocken (1 Paar pro Tag)
- Wanderhose (1 – 2 je nach Wetterlage; idealerweise zipbar)
- Oberteil (1 x pro Tag)
- Fleece- / Softshelljacke oder vergleichbares
- Regenjacke (je nach Wetterlage)
- Sonnenschutz (Sonnenscreme, Hut / Kappe, Sonnenbrille)
- Insektenschutz
- Handdesinfektion
- Wasserflaschen
- Snacks (Trockenfrüchte, Energieriegel, etc.)
- Kleine Plastiktüte / Müllbeutel für Abfall auf dem Weg
- Erste-Hilfe-Set & Blasenpflaster
- Notrufkarte
- Infokarte *mountain hopping* (findet ihr in der Goodie Bag beim Start)
- Aufgeladenes Handy zur Verfolgung der Route auf Komoot

MUST HAVES ÜBERNACHTUNGEN

- Wechselschuhe
- 1 – 2 Outfits für Abends
- Schlafklamotten
- Unterwäsche
- Persönliche Hygieneartikel
- (Zahnbürste, Zahnpasta, Duschgel, etc.)
Handtuch
- Bargeld & Ausweis
- wichtige Karten / Dokumente
- Handyladekabel / Powerbank

Nichts
vergessen?

SONSTIGES

- Wanderstöcke
- Sitzkissen
- Multitool / Taschenmesser
- Notizbuch & Stift
- Kleine Spiele / Buch
- Medikamente (falls notwendig)