



PACKLISTE WANDERUNG

VOR DER REISE

Bei allen Sachen, die du einpacken möchtest, gilt die Regel: möglichst wenig – möglichst klein (platzsparend) - möglichst leicht.
Besser weniger einpacken und vor Ort zwischendurch mal waschen.

Unbedingt erforderlich: Wanderrucksack!
Da wir in den Alpen wandern, muss alles in ein Rucksack passen. Keine Koffer oder sperrige Reisetaschen!

Kind über Punkt 5 der Einverständniserklärung aufgeklärt?

Handy, Tablet, Smartphone, oder Ähnliches zuhause lassen!

GELD

Taschengeld (maximal 20€)

BEKLEIDUNG

wasserfeste Wanderschuhe

3x Longshirts/ Oberteile

3x Treckinghosen

oder: 3x synthetische lange Sporthosen

wind-/wasserabweisende Jacke

Schlappen oder Hausschuhe

Unterwäsche

Gürtel, Socken etc.

(Fleece-)Pullover – für kalte Tage in den Bergen

DOKUMENTE

Einverständniserklärung

Gesundheitsfragebogen

Krankenversicherungskarte

Impfpass

Ausweisdokument

KULTURBEUTEL

Zahnbürste + Zahncreme

Haarbürste / Kamm

evtl. Deo

evtl. Creme

1x Handtuch + evtl. Waschlappen

SONSTIGES

dünner Hüttenschlafsack (alternativ: Bettbezug zum reinschlüpfen oder normaler Schlafsack)

evtl. Koran

persönliche Medikamente

Geschirr und Besteck

Taschenlampe oder Stirnlampe

Gebetskopftuch / Gebetskleidung

ca. 1,5 bis 2 Liter Getränk in Plastikflaschen (optimal: 2 x 0,75 Liter in den Außentaschen des Rucksacks)

Tagesrucksack – für tägliche Wanderungen für Proviant + Getränke + Regenjacke, usw.