



PACKLISTE WANDERUNG

AUSRÜTUNG

- Wander-/ Trekkingrucksack (!)
 - Mädchen: mind. 50l Volumen
 - Jungs: mind. 60l Volumen
 - 1/3 Platz muss übrig bleiben (!)
 - Flight Cover
- Wander-/Trekkingstiefel (!)
- Schlafsack
 - Komforttemperatur ~5°C
- Isomatte
- Zelt (1-3 Personen)

GELD

- Taschengeld

BEKLEIDUNG

- wind-/ wasserdichte Jacke
 - Hardshelljacke (!)
 - **oder:** Regenponcho
- Regenhose
- 4x Shirts
- 3x Trekkinghose
 - **oder:** synthetische lange Sporthosen
- Fleecejacke, Pullover
- Mütze, Kopfbedeckung
- Socken
- Unterwäsche
- Badesachen (Badehose, Burkini)

KULTURBEUTEL

- Zahnbürste + Zahnpasta
- Haarbürste/ Kamm
- Mikrofaserhandtuch
 - **oder:** kleines Handtuch
- evt. Deo, Creme, Duschgel, etc.

DOKUMENTE

- Einverständniserklärung
- Gesundheitsfragebogen
- Reisevollmacht bei Minderjährige
- Ausweisdokument
- Impfpass

SONSTIGES

- Besteck
- Plastikgeschirr (**kein Porzellan!**)
- Dry Bag/ wasserdichter Sack
- Trinkflasche (!)
 - mind. 1,5l
 - **oder:** Trinkbeutel
- persönliche Medikamente
- ordentliche Gebetskleidung (!)
- Schläppen
- Lampe
 - Stirnlampe (!)
 - Taschenlampe
 - Faltbare Campinglaterne

Optional

- Auslandsreise-Krankenversicherung
- Reise-Rücktrittsversicherung
- Moskitonetz für Kopf
- Mückenspray
- Powerbank
- Wanderstöcke
- Fernglas
- Kamera

Allgemein (!)

Wir wandern durch unwegsames Gelände. Daher gilt, dass nur ein Wanderrucksack mit auf die Reise genommen werden darf. Koffer, Trolleys oder Reisetaschen sind absolut verboten! Das gleiche gilt für Wanderschuhe. Mit Sportschuhen, Halbschuhen oder Sandalen kann man nicht wandern gehen und sind daher zuhause zu lassen.

Zu beachten ist außerdem, dass man möglichst Sachen von geringem Gewicht einpackt. Der Schlafsack sollte nicht mehr als 1kg wiegen und die Isomatte unter 1kg. Zum Vergleich: eine handelsübliche Isomatte wiegt in etwa 200-300 Gramm!

Der Schlafsack muss in den Rucksack passen. Dieser darf nicht an den Rucksack außen angebunden werden. Die Isomatte kann man außen anbinden. Insgesamt muss nach dem Packen des Rucksacks noch 1/3 an Platz frei sein für Verpflegung, Ausrüstung u. Ä.

Kaufhilfe

Trekkingrucksäcke:

<https://www.globetrotter.de/shop/frilufts-skars-65-272091-red-ochre/>

https://www.decathlon.de/rucksack-forclaz-easyfit-id_8300845.html

Ordentliche Marken: Deuter, Tatonka, Fjällräven, Gregory, Bach, Osprey, Lowe Alpine, Bergans

Flight Cover:

<https://www.globetrotter.de/shop/frilufts-cargo-bag-plus-271677-magnet/>

https://www.mctrek.de/rucksaecke/zubehoer-ersatzteile/rucksackzubehoer/tatonka-schutzsack-einfach_302641

Damenwanderschuhe:

https://www.decathlon.de/wanderschuhe-trek-100-damen-id_8384356.html

https://www.decathlon.de/trekingschuhe-trek-500-damen-id_8343274.html

<https://www.campz.de/dachstein-rax-mc-dds-shoes-women-sanddark-turquoise-615691.html>

Herrenwanderschuhe:

https://www.decathlon.de/trekingschuhe-trek-100-herrnen-id_8319097.html

https://www.decathlon.de/trekingschuhe-trek-500-herrnen-id_8384362.html

https://www.mctrek.de/schuhe-herrnen/stiefel/wasserdichte-stiefel/sherpa-atara-sympatex-mid-stiefel-herrnen_4050947

Ordentliche Marken: Lowa, Meindl, Hanwag, Scarpa

Dry Bag/ wasserdichter Sack:

https://www.amazon.de/TOMSHOO-Resistant-Aufbewahrungstasche-Kanufahren-Snowboarding/dp/B07CBPL2D2/ref=cts_sp_2_vtp

<https://www.globetrotter.de/shop/ortlieb-ultraleicht-packsack-ps-10-133615-orange/?sku=133615015>