

Checkliste mit deiner Ausrüstung zum Ausdrucken

Diese Liste mit den eigenen Bedürfnissen noch ergänzen oder Einträge streichen.

Es gilt aber immer die Maxime: **Rucksack so leicht wie möglich!**

	Rucksack, Regenhülle (nur als Tagesrucksack)
	Wander- / Trekkingschuhe
	Socken, Ersatzsocken
	Wanderhose, kurze Hose
	Shirt / Wanderhemd, Ersatzshirt
	Fleecejacke / Softshell
	Regenjacke
	Daunenjacke
	Regenhose
	Mütze / Stirnband
	Handschuhe
	Sonnenbrille
	Sonnencreme, Lippenchutz
	Sonnenhut / Sonnenschutz
	Trinkflasche
	Proviant für erster Tag, weitere können in den Unterkünften gekauft werden
	Taschenmesser
	Persönliche Medikamente
	Bargeld
	Ausweise (Halbtax / GA)
	Mobiltelefon, Powerbank
	Landkarte, auch offline oder auf Papier (Blatt Sertig wird abgegeben)
	Sportuhr, Höhenmesser
	Taschentücher, WC-Papier, Robidog
	Wanderstöcke
	Hüttenschlafsack für im Dürrboden (Kann dort für 5.- gemietet werden)
	Sitzmatte
	Fotoapparat, Fernglas
	Leichte Schuhe/Sandalen für An- und Rückreise