

Hauptsache DRAUSSEN

unterwegs mit netten Leuten

Packliste Trekkingtouren

- Rucksack ca. 35 – 45 l mit Regenüberzug
- Teleskopstöcke (optional)
- Knöchelhohe Bergschuhe mit guter Profilsohle (z. B. Vibram)
- 1 paar leichte Schuhe für die Abende (z.B. „Aldiletten“)
- 1 Berg- bzw. Trekkinghose (ideal sind Zip-Hosen)
- 1 leichte Hose zusätzlich zum Wechseln bzw. für die Abende
- 1 oder 2 leichte Funktionsshirts
- 1 Fleece oder Softshelljacke
- Socken
- Unterwäsche
- Wechselwäsche (T-Shirts)
- 1 wasserdichter bzw. -abweisender Anorak (z. B. Goretex)
- 1 Regenhose
- leichte Mütze, Stirnband und Handschuhe
- Sonnenhut
- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- kleines Waschzeug , Handtuch
- dünner Hüttenschlafsack (aus Seide oder Baumwolle)
- Badezeug (falls in der Tourenbeschreibung auf Bademöglichkeit hingewiesen wird)
- Ohropax (sehr hilfreich in Mehrbettzimmern oder Matratzenlagern)
- Kleine Tourenapotheke (Tape, Blasenpflaster, persönliche Medikamente)
- Taschentücher
- Taschenlampe (ideal ist eine Stirnlampe)
- kleines Taschenmesser (für Picknick unterwegs)
- 1 Trinkflasche (mind. 1 Liter)
- Proviant: Müsliriegel, Nüsse etc., je nach Vorlieben

- Bargeld und EC-Karte / Kreditkarte

Tipp:

Am besten den Rucksack innen mit einem Müllbeutel auslegen oder alles in Plastiktüten verpacken, damit bei Regen alles trocken bleibt.