

Ausrüstung für Tagestouren

am Körper

- T-Shirt
- Hemd/ Pulli
- Wandersocken
- Wanderhose
- Bergschuhe

- Rucksack
- Wanderstöcke

im Rucksack

- Rucksackregenhülle
- Sitzkissen
- Goretex-Jacke
- Goretex-Hose
- Fleecejacke/ Thermojacke

je nach Jahreszeit/ Wetterlage:

- Handschuhe, Schal, Mütze
- evtl. Gamaschen
- evtl. Shorts
- evtl. Badezeug

- Trinkflasche (mind. 1l)
- Brotzeit
- Schokolade, Nüsse
- Taschenmesser

- Kleine Rucksackapotheke
- Handy
- Landkarte (n), Wanderführer
- Höhenmesser

- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Sonnenhut

➔ zurück zur Ausrüstungsseite auf www.treklang.de

➔ Ausrüstungsliste für Wochenendtouren in den Alpen

➔ Ausrüstungsliste für längere Hüttentouren

➔ Ausrüstungsliste für Zelttouren