

Ausrüstung für Wochenendtouren

am Körper

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

- Rucksack
- Wanderstöcke

im Rucksack

- Rucksackregenhülle
- Sitzkissen
- Goretex-Jacke
- Goretex-Hose
- Fleecejacke/ Thermojacke
- Sandalen/ Hüttenschuhe/ Joggingschuhe
- Klamotten für abends/nachts
- Hüttenschlafsack
- Waschzeug, Handtuch, Waschlappen

je nach Jahreszeit/ Wetterlage:

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

- Trinkflasche (mind. 1l)
- Trinkbecher
- Brotzeit und Verpflegung soweit nicht durch Hüttenaufenthalt abgedeckt.
- Schokolade, Nüsse
- Teebeutel

- Kleine Rucksackapotheke
- Handy + Ladegerät
- Kamera + Ersatzbatterien
- Taschenlampe
- Höhenmesser
- Landkarten, AV-Führer
- AV-Ausweis
- Geld

- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Sonnenhut

➔ zurück zur Ausrüstungsseite auf www.treklang.de

➔ Ausrüstungsliste für Tagestouren

➔ Ausrüstungsliste für längere Hüttentouren

➔ Ausrüstungsliste für Zelttouren