

Ausrüstung für längere Hüttentouren (Alpen/ Skandinavien)

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/ Joggingsschuhe
- Hüttenschlafsack
- Klamotten für abends/nacht
- 2. T-Shirt
- Ersatzsocken, Ersatz-U-Wäsche
- Waschzeug
- Handtuch, Waschlappen

je nach Jahreszeit/ Wetterlage:

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

- Kleine Rucksackapotheke
- Biwaksack
- Handy + Ladegerät
- Kamera + Ersatzbatterien
- Taschenlampe
- Höhenmesser
- Notizbuch + Stift
- Lesestoff
- Landkarten, AV-Führer

- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Sonnenhut

Verpflegung (bei Versorgung auf der Hütte)

- Brot
- Käse, Wurst
- etwas Obst + Gemüse
- Schokolade, Nüsse
- Teebeutel

bei Selbstversorgung auf der Hütte

- Kaffee, evtl. Kakao
- Suppen
- Nudeln, Gries, Couscous, o.ä.
- Fertigsaucen
- Salz, Brühwürfel
- Zucker, Zimt
- Milchpulver
- Müsli
- Zündhölzer

- Trinkflasche (mind. 1l)
- Trinkbecher

➔ [zurück zur Ausrüstungsseite auf www.treklang.de](#)

- ➔ [Ausrüstungsliste für Tagestouren](#)
- ➔ [Ausrüstungsliste für Wochenendtouren](#)
- ➔ [Ausrüstungsliste für Zelttouren](#)