

Ausrüstungsliste

Bekleidung und Anderes

- Wanderrucksack für Tagestouren
- Bergschuhe (auch für Regenwetter geeignet)
- Funktionale Berghose und Bergjacke
- Pullover (Fleece oder Schurwolle)
- Wetterfeste Jacke/Überhose
- Reservewäsche
- Haube
- Handschuhe
- Stirnlampe
- Trinkflasche
- Sonnenschutz (Creme/Kappe)
- Sonnenbrille
- Turnschuhe, Hausschuhe

Sonstiges

- Iso- / Unterlagsmatte
- Leichte Decke / evt. Kopfunterlage
- Schreibutensilien

Vorsorge/Gesundheit/Notfall

- Rucksackapotheke
- falls notwendig, eigene Medikamente
- Personalausweis/E-Card