

Ausrüstungsliste

Bekleidung und anderes

- Tagesrucksack
- Rucksack mit Inhalt (Trinkflasche!) für die Kinder wie gewohnt
- Leichte Bergschuhe, wasserdicht
- Regenbekleidung (Jacke, Hose)
- Sitzunterlage
- Warme Kleidung (Fleece) zum Wohlfühlen auch bei schlechtem Wetter
- Haube, Handschuhe, Halstuch
- Genügend Wechselkleidung, vor allem für die Kinder (Wasser!)
- Sonnenschutz
- Trinkflasche/ Thermoskanne
- Jausendose
- Taschenmesser
- Taschenlampe, Stirnlampe
- Toilettensachen
- Hausschuhe
- Handtücher

- Digicam und evt. USB-Stick zum Fotoaustausch
 - Schreibzeug
 - Wer hat: Bussole und Höhenmesser
 - Wer hat, eine Becherlupe oder ein Vergrößerungsglas
- Skripten ausgedruckt (diese werden Ihnen mit den
Detailinfos zum Seminar per Email zugesendet)

Vorsorge/ Gesundheit/ Notfall

- Kleines Verbandszeug für den persönlichen Bedarf
- falls notwendig, eigene Medikamente
- E-Card