

Alpenüberquerung PACKLISTE



Geld & Dokumente

- Personalausweis/Reisepass
- Versicherungsausweis
- EC- oder Kreditkarte
- Bargeld
- Wanderkarte
- Wanderführer
- evtl. DAV-Ausweis
-

Kamera & Technik

- Kamera inkl. Zubehör
- Kompass
- GPS-Gerät/GPS-Uhr
- Fernglas
- Stirnlampe
- Handy
- Ladegerät und Powerbank
-

Hygiene- und Pflegeartikel

- Taschentücher
- Duschseife und Shampoo
- Deo
- Zahnbürste und Zahncreme
- Maniküre-Set
- abbaubares Waschmittel
- Sonnencreme
- Kamm/Haarbürste

Hygiene- und Pflegeartikel

Männer:

- Rasierer
-

Frauen:

- Tampon
- Binden
- Hygienebeutel
-

Dinge für den Reisealltag

- Wanderrucksack
- Regenhülle für den Rucksack
- Kappe/Stirnband
- Sonnenbrille
- Wanderstöcke
- Trinkflasche/Trinksystem
- Brotdose
- Energiereigel/Nüsse
- Taschenmesser
- Feuerzeug/Feuerstahl
- evtl. kleines Schloss
- evt. Wandertagebuch und Stift
-
-

Schuhwerk

- gut eingelaufene Wanderschuhe
- Wandersocken
-
-
-
-

Reiseapotheke & Erste Hilfe

- Erste-Hilfe-Set
- Rettungsdecke/Biwaksack
- Blasenpflaster
- Tape
- Medikamente
-
-

Dinge für die Übernachtungen

- leichter Schlafsack
- kleines Handtuch(Mikrofaser)
- Ohropax
- leichte Schuhe/Sandalen
- Wäschebeutel
- Spielkarten
-

Sonstiges

-
-
-
-
-