

wanderleiterin.ch

VALERIE CHETELAT

PACKLISTE

MEHRTAGESWANDERUNG SOMMER

Rucksack ca. 35 Liter mit Hüftgurt
Stabile Trekking- oder Bergschuhe (knöchelhoch)

Wind- und wasserdichte Jacke
Leichte Wetterschutzhose (z.B. Gore-Tex)
Regenhülle für den Rucksack oder wasserdichte Packsäcke

Lange Wanderhose
Shorts
Leichte Daunenjacke oder z.B. Primaloft
Pullover
T-Shirts
Socken
Wechselwäsche
Halstuch
Dünne Handschuhe
Warme Mütze
Lange Unterhose (optional)
Badeutensilien (optional)

Sonnenbrille
Sonnenhut
Sonnenscreme
Lippenschutz

Kleines Handtuch
Toilettenartikel
Ohrenpfropfen
Persönliche Medikamente

Stirn- oder Taschenlampe
Hüttenschlafsack (nur für Hüttenübernachtungen)
Leichte Hüttenschuhe (optional)

Teleskopstöcke (optional)
Kleiner Regenschirm (optional)
Feldstecher (optional)
Fotoapparat (optional)
Mobiltelefon und Ladegerät (optional)
Taschenmesser (optional)
Karte (optional)

Bargeld (evtl. Fremdwährung), Maestro-Karte
Halbtax-Abo / GA (falls vorhanden)
SAC Ausweis (falls vorhanden)
Identitätskarte

Lunch und Zwischenverpflegung (der Tourenlänge entsprechend)
Mind. 1-1,5 Liter Flüssigkeit (evtl. in Thermosflasche)

Achte darauf, dass dein Rucksack nicht zu schwer ist. Bringe nur soviel wie nötig und so wenig wie möglich.