

wanderleiterin.ch

VALERIE CHETELAT

PACKLISTE

MEHRTAGESWANDERUNG SOMMER

Rucksack ca. 35 Liter mit Hüftgurt
Stabile Wander- 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
Hygienemaske (für die Reise mit dem ÖV)
Desinfektionsmittel

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.