



## PACKLISTE FÜR DIE FAMILIEN-WEITWANDERUNG

### GRUNDAUSRÜSTUNG

- Gute Wanderschuhe (sollten den Knöchel schützen, rutschfest); robust und gut eingelaufen
- Wandersocken (auch zum Wechseln)
- Wanderstöcke nach Bedarf
- Windbreaker oder Regenjacke
- Fleecepulli oder leichte Daunenjacke
- Funktionsshirt oder T-Shirt
- Outdoorhose
- Schlauchschal (Buff-Tuch)
- Mütze, Basecap (mit Nackenschutz)
- Leichte Handschuhe
- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Erste-Hilfe-Set
- Handy
- Bargeld
- Verpflegung nach Wunsch
- Trinkflasche
- Optional: Becherlupe / Kompass / Messer / Fernglas

### FÜR DIE HÜTTENÜBERNACHTUNG (KEIN GEPÄCKTRANSPORT)

- Handtuch
- Hüttenschuhe
- Leichter Daunenschlafsack und Kissenbezug
- Wechselbekleidung und Toilettenartikel nach Bedarf
- Taschenlampe

### SONSTIGES

- Kleidung für den Aufenthalt in der Unterkunft
- Hygieneartikel
- Persönliche Medikamente bei Bedarf
- Reisepass/Personalausweis
- Ladegeräte
- Notrufnummern „140“ und „112“ notieren

### ERSTE-HILFE-SET

- Wundschnellverband
- Pflaster normal
- Blasenpflaster
- 2 elastische Binden
- 2 sterile Mullkompressen (10 x 10 cm)
- 1 Tape (2,5 cm breit)
- 2 Dreieckstücher
- 2 Rettungsdecken
- Einmalhandschuhe
- Kleine Schere

Wichtig: So leicht wie möglich packen.