

Packliste (10 Tage Wanderlager)

Material:

- (Leichter) Schlafsack
- Kompakte/ leichte Isomatte
- Hohe, dichte Wanderschuhe
- Regenschutz für den Wanderrucksack
- Sandalen/Flip-Flops für Wasser/ Abkühlen der Füße
- 1l Siggflasche
- Markiertes Geschirr und Besteck, Trockentuch, Tasse, Spülschwamm, 3 Müllbeutel (10 bis 20l), alles in einem Beutel
- Wer hat, Kompass
- Taschenmesser (nicht ins Handgepäck)
- Taschen- oder Stirnlampe
- Kleine, faltbare Sitzunterlage (z.B. billige Fitnessmatte in 30x40cm Stücke zerschneiden oder Stadionsitzmatte) (kann muss aber nicht)
- Beutel (Jutebeutel) für die Fahrt anstelle des Daypacks)

Kulturbeutel (nicht ins Handgepäck):

- Zahnbürste, Zahnpasta, etc.
- Waschzeug (am Besten in kleinen Packungen)
- Handwaschmittel (Rei in der Tube)/ Outdoorseife
- Sonnencreme
- Deo
- Antimückenspray
- Klopapier
- Taschentücher
- (Nagelschere und Nagelpfeile)
- (Labello)

→ von allem nur das Nötigste

Anziehsachen:

- 3-4 Paar Wandersocken
- Unterwäsche...
- Leichte Hosen (eine an, zwei mitnehmen), keine Jeans
- Eine kurze Hose oder Zip-Hosen
- 4-5 T-Shirts
- Regenjacke und Regenhose
- Kappe/Kopfbedeckung
- 1 Fleece-Pulli
- Langärmeliges T-Shirt
- Kluft
- Badesachen
- Schmutzwäschebeutel
- 1-2 Handtücher (Outdoorhandtuch/ Mikrofaser), Waschlappen

Medikamente:

- Alle persönlichen Medikamente müssen selbst mitgenommen werden
- Gruppe nimmt ein Standard Erste-Hilfe-Set mit
- Blasenpflaster, Pflaster

Sonstiges:

- Portmonee
- Taschengeld
- Sonnenbrille
- (Kartenspiel)

Rucksack richtig packen:

Schweres Gepäck nah an den Rücken, leichtes nach Außen und ins Deckelfach. Schlafsack ins Bodenfach. Andernfalls zieht der Rucksack nach hinten. Beim Packen überlegen, was man griffbereit haben möchte, z.B. bei aufziehendem Regen oder einer Pause.

<https://www.packliste-reise.de/reise-wissen/rucksack-richtig-packen/>

