

## PACKLISTE

# Wanderausrüstung

Welche Ausrüstung ist für eine Wander- oder Trekking-Tour unverzichtbar? Jede Wanderung sollte individuell und vorausschauend geplant werden. Dazu findest Du hier eine praktische Übersicht zum Ausfüllen und Abhaken.

### Wanderbekleidung

Anzahl		Gewicht
<input type="checkbox"/>	_____ Wanderschuhe	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Wandersocken	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Wanderhose (evtl. Ziphose)	_____
<input type="checkbox"/>	_____ kurzärmeliges Funktionsshirt	_____
<input type="checkbox"/>	_____ langärmeliges Funktionsshirt	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Unterwäsche	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Fleece-Jacke oder -Pullover	_____
<input type="checkbox"/>	_____ regendichte/wasserabweisende Funktionsjacke	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Isolationsjacke	_____
<input type="checkbox"/>	_____ wasserdichte Regenjacke	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Regenhose	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Kappe/Tuch	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Flecce-mütze	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Handschuhe	_____
<input type="checkbox"/>	_____	_____
<input type="checkbox"/>	_____	_____
<input type="checkbox"/>	_____	_____
<b>Gesamtgewicht</b>		_____

### Wanderausrüstung

Anzahl		Gewicht
<input type="checkbox"/>	_____ leichter Wanderrucksack	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Regenhülle/Rucksackliner	_____
<input type="checkbox"/>	_____ nachfüllbare Trinkflasche	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Wanderstöcke	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Sonnenbrille	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Karten, Kompass, Wanderführer	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Taschen-/Stirnlampe	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Taschenmesser	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Signalpfeife	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Kamera	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Smartphone	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Speicherkarten, Akkus, Ladegeräte (evtl. Powerbank)	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Reisepass/Identitätskarte	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Verpflegung	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Bargeld, ggf. Debit-/Kreditkarte	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Versichertenkarte, ggf. Nachweis Reisekrankenversicherung	_____
<b>Gesamtgewicht</b>		_____

## Hygieneartikel und Erste-Hilfe-Set

Anzahl		Gewicht
<input type="checkbox"/>	_____ Zahnbürste/Zahnpasta	_____
<input type="checkbox"/>	_____ (feste) Seife	_____
<input type="checkbox"/>	_____ ggf. Kulturbeutel (mit Haarbürste, Deo etc.)	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Sonnenschutz	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Mikrofaserhandtuch	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Taschentücher	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Erste-Hilfe-Set mit Verbandsmaterial, Desinfektionsmittel, etc.	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Reiseapotheke	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Zeckenzange	_____
<input type="checkbox"/>	_____ evtl. Mini-Nähset	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Wäschesack/Drybag	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Müllbeutel	_____
<input type="checkbox"/>	_____ _____	_____
<b>Gesamtgewicht</b>		_____

## Trekkingausrüstung

Anzahl		Gewicht
<input type="checkbox"/>	_____ Isomatte	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Schlafsack	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Biwaksack	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Trekkingnahrung	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Trekkingzelt	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Campingkocher und Brennstoff	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Outdoor-Feuerzeug/Feuerstahl	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Kochtopf	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Essgeschirr und Besteck	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Multitool	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Wasserfilter/Wasserreinigungstabletten	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Schwamm und Geschirrtuch	_____
<input type="checkbox"/>	_____ _____	_____
<b>Gesamtgewicht</b>		_____

## Ausrüstung für eine Hüttentour

Anzahl		Gewicht
<input type="checkbox"/>	_____ Hüttenschlafsack	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Hüttenschuhe	_____
<input type="checkbox"/>	_____ Ohrstöpsel	_____
<input type="checkbox"/>	_____ ggf. Alpenvereinsausweis	_____
<input type="checkbox"/>	_____ _____	_____
<b>Gesamtgewicht</b>		_____

Welche Ausrüstung Du für Deine Wanderung brauchst, hängt natürlich auch davon ab, welche Dauer Deine Tour hat, in welche Region es Dich verschlägt und in welchem Klima Du unterwegs bist. Mehr Informationen zur richtigen Ausrüstung sowie Packtipps für den Wanderrucksack findest Du [in unserem Artikel](#).