

Tipps für die Einpackliste Wanderreisen

Kleidung:

- ✓ Wetterfeste (Wind-) Jacke
- ✓ Regenjacke
- ✓ Warme Pullover/Fleece
- ✓ (Funktions-) Shirts, kurz und lang
- ✓ Wanderhosen, kurz und lang
- ✓ Kopfbedeckung
- ✓ (Wander-) Socken

Schuhe:

- ✓ Eingelaufene knöchelhohe Wanderschuhe (vorzugsweise atmungsaktiv und wasserdicht)
- ✓ Bequeme Freizeitschuhe

Erste-Hilfe-Tasche:

- ✓ Individuell benötigte Medikamente
- ✓ (Druckstellen-) Pflaster
- ✓ Zecken-/Mückenschutzmittel

Ausrüstung:

- ✓ Tagesrucksack (ca. 25 Liter) + Regenhülle
- ✓ Teleskop-/Wanderstöcke
- ✓ Kamera & Akku oder Handy + Ladegerät für Fotos
- ✓ Wetterfeste Sitzunterlage
- ✓ Sonnenbrille
- ✓ Sonnenschutz
- ✓ Trinkflasche
- ✓ Persönliche Hygieneartikel (Zahnbürste, Zahnpasta, biologisch abbaubare Seife, Handdesinfektionsmittel)

Sonstiges:

- ✓ Personalausweis bzw. Reisepass (evtl. + Kopien)
- ✓ Bargeld/EC-Karte/Kreditkarte
- ✓ Reiseunterlagen/Reiseführer/Wanderkarte
- ✓ Snacks, z.B. Riegel, Trockenfrüchte, Nüsse