

Packliste

Beim Packen für den Berg gibt es unterschiedliche Philosophien und Vorlieben. Damit du herausfinden kannst, welcher Pack-Typ du bist, bieten wir dir zwei Packlisten an - die von Sebastian und die von Sabrina. Ein großer Teil davon ist gleich und fällt in die Kategorie "unbedingt erforderlich". Diese Ausrüstungsgegenstände musst du für *Achtsames Weitwandern* jedenfalls einpacken. Ein paar Dinge sind optional, diese sind kursiv gesetzt und mit "(opt.)" bezeichnet.

Fragen zum Packen sind auch ein großes Thema für den Vorbereitungs-Abend am 29.04. - dort werden Sabrina und Sebastian auch ihre gepackten Rucksäcke samt Inhalt anschaulich präsentieren.

Packliste Sebastian

Angezogen

- gut anliegende Unterhose
- Wandersocken
- kurzärmliges Wander-Shirt
- langärmliges Wander-Shirt drüber
- schnell trocknende Wanderhose (ggf. abzipbar)
- gut eingegangene Wanderschuh

Wechsel-Kleidung für Hütte/Nacht

- Unterhose
- 1 Paar Socken
- T-Shirt
- Langarm-Shirt
- lange Hose
- Hüttenschuhe (opt.)*

Sonnenschutz

- Kappe / Kopftuch
- Sonnenbrille
- Sonnencreme + -stick

Toilettzeug

- dünnes Handtuch
- Haarseife
- Zahnbürste + -pasta
- Haarbürste / Kamm
- Ohropax / Augenbinde
- Klopapier / TaTüs
- pers. Medikamente

Dokumente

- Ausweisdokument
- Alpenvereins-Ausweis
- Bargeld (80€/Tag)
- Wanderkarte(n)
- Weitwander-Buch
- Kugelschreiber
- Tagebuch (opt.)*

Sonstiges

- Hüttenschlafsack (!)
- Wanderstöcke
- Sitzunterlage (opt.)*
- Handy + Ladegerät

Kälteschutz

- Fleece-Weste
- Daunen-Jacke (Var. 1)
- Daunen-Gilet (Var. 2)
- Stirnband / Haube
- Hals-Schlauch
- dünne Handschuhe
- knielange Unterhose (opt.)*

Regenschutz

- Regenjacke
- Regen hose (Var. 1) od.
- Regenponcho (Var. 2)
- ev. Gamaschen (opt.)*
- Sackerl (opt.)*

Notfalls-Zeug

- 1. Hilfe-Packerl
- Stirnlampe
- Taschenmesser
- Tape (opt.)*
- Biwak-Sack (opt.)*

Wasser / Proviant

- Gefäße für 2-3 l Wasser (PET, Sack, Thermos)
- Teebeutel
- Energie für unterwegs (Müsliriegel, Nüsse, Trockenobst, Schoko)
- Müsli o.ä. für Frühstück auf SV-Hütte

Packliste Sabrina

Angezogen

- Unterhose
- Wandersocken
- BH
- T-Shirt
- lange Wanderhose
- Wanderschuh

Elektronik

- Ladegerät (*2 Ausgänge*)
- (*2*) Kabel
- GPS-Gerät (opt.)*
- Powerbank (opt.)*
- E-Reader + Hörer (opt.)*

Hygiene

- Zahnbürste
- Zahnpasta
- Pinkelfetzen
- Duschschwamm
- Handtuch
- Sonnencreme
- Sonnenstick
- Haarseife
- Trockenschampoo (opt.)*
- Haarbürste
- Tampons / Mooncup
- Natronsackerl (opt.)*
- 2x2 Kontaktlisten (opt.)*
- Ohropax

Dokumente

- Ausweisdokument
- Alpenvereins-Ausweis
- Bargeld
- Kugelschreiber
- Tagebuch

Kleidung

- 1 Unterhose
- 1 Paar Socken
- 1 BH
- 1 T-Shirt
- 1 Langarm-Shirt
- 1 Zipplangarm
- 1 Puffyjacke
- Lange Hose f. Abend
- Wanderhose kurz

sonst. Bekleidung

- Regenjacke
- Regen hose
- Buff
- Stirnband
- Kappe
- Handschuhe

Notfalls-Zeug

- 1. Hilfe-Set
- Biwak-Sack
- Rep.Zeug / Tucktape
- Taschenmesser
- Stirnlampe (opt.)*

Wasser / Proviant

- bis 2x1,5 Liter PET bzw. Camelbak (Trinksack)
- Trockenobst
- Energie-Snacks

Sonstiges

- Hüttenschlafsack
- Wanderstöcke
- Sonnenbrille