

Ausrüstungsliste Bergwanderwoche

Allgemein

- Lust auf Bewegung
- Bergtauglicher Tagesrucksack mit Regenhülle (ca. 40 Liter)
- Teleskopstöcke
- Bruchfeste Trinkflasche und/oder Thermoskanne (mindestens 1 Liter)
- Brotzeitdose
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Sonnenbrille, Sonnenhut bzw. Cap
- Handtuch
- Waschzeug
- Taschen- oder Stirnlampe
- Hüttenschlafsack
- Kleiner Müllbeutel
- Müsliriegel, Nüsse o.ä. für tagsüber
- Taschengeld für Lunchpakete und private Einkäufe
- Erste-Hilfe-Material, evtl. Blasenpflaster
- Reisepass oder Personalausweis
- Krankenversicherungskarte
- Impfpass
- Powerbank

Bekleidung

- Bekleidung für warmes und kaltes Wetter
- Strapazierfähige Berghose (keine Jeans)
- Jacke mit Kapuze (wind- und wasserdicht)
- Regenüberhose (wind- und wasserdicht)
- Feste Berg- oder Trekkingschuhe mit Profilsohle (mindestens knöchelhoch)
- Fleecejacke
- Ausreichend Wechselwäsche
- Mütze, Handschuhe
- Hütten- bzw. Hausschuhe
- Badebekleidung

➔ Bitte beachte, dass du auf Berghütten eventuell kein WLAN und keinen Mobilfunkempfang hast.