

Ausrüstungsliste Winterabenteuer

Allgemein

- Lust auf Bewegung
- Bergtauglicher Tagesrucksack mit Regenhülle, 30-35 Liter
- Bruchfeste Trinkflasche und/oder Thermoskanne (mind. 1 Liter)
- Brotzeitdose
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Sonnenbrille, Sonnenhut bzw. -cap
- Waschzeug und Handtuch
- Taschen- oder Stirnlampe
- Erste-Hilfe-Material, evtl. Blasenpflaster
- Reisepass oder Personalausweis
- Krankenversicherungskarte
- Impfpass
- Deutschlandticket (falls vorhanden)
- Taschengeld für private Einkäufe

Bekleidung

- Wasserdichte Jacke (z.B. Goretex)
- Wasserdichte Regenüberhose
- Schneefeste Winterhose (Skihose)
- Warmer Pullover (z.B. Fleece, Merinowolle)
- Skiunterwäsche
- Skisocken
- Wechselwäsche
- Mütze und Halstuch
- Handschuhe (mind. 2 Paar, möglichst wasserfest)
- Gamaschen
- Feste, wasserdichte Berg- oder Trekkingschuhe mit Profilsohle (mind. knöchelhoch)
- Hütten- bzw. Hausschuhe
- Badebekleidung für evtl. Schwimmbadbesuch

Ausrüstung

- Rodel, Schlitten oder Zipfelbob (falls vorhanden)
- Schneeschuhe (falls vorhanden)

→ Alle Gegenstände bitte namentlich kennzeichnen.