

Meine 7 Sachen – Wandertour

Beschreibung	vorhanden	eingepackt
Wanderstiefel/Wanderschuhe, Gamaschen, ggf. Trekkingstöcke (einstellbar)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trekkinghose, Funktionsshirt, Trekkinghemd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ggf. warme Fleecejacke (Windstopper)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Funktionsunterwäsche und Wandersocken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Regenjacke & Regenhose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mütze/Basecap/Bandana/Sonnenhut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonnenbrille und Sonnencreme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tagesrucksack	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stirnlampe bzw. Taschenlampe mit Umhängemöglichkeit	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Taschenmesser (möglichst mit feststehender Klinge)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Persönliches: Ausweis, Geldbörse, Krankenversicherungskarte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wasser, in Trinkflasche/Trinksystem, ggf. Thermoskanne (mit Heißgetränk)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Energielieferant: Traubenzucker/Schokoriegel o.Ä.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Handy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beschreibung „Equipment für den Wander-Guide“	vorhanden	eingepackt
Erste-Hilfe-Set, Streichhölzer, Feuerzeug, Warnweste	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Handy	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kerze (zum imprägnieren; evtl. Löcher abdichten; Wärme erzeugen; Druckstellen in Schuhen bearbeiten)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Plastikbeutel für Utensilien im Rucksack (Geldbörse) bei Regen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Müllsäcke (120 l): Regenschutz für den Rucksack innen; Ersatzregenhose/-jacke, Bodenisolierung für Picknick, Unterschlupf bauen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Müllsäcke (60 l) in Schuhe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1,5m Kupferdraht: leicht biegsam, Stabilisierung, Verbindung schaffen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rolle Strick / Angelsehne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Seil, etwa 3 Meter lang	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Panzertape (Löcher abdichten, Verbindung u. Stabilisierung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nähzeug und Sicherheitsnadel, kleine Schere	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kompass und (Multifunktions)uhr, ggf. GPS-Gerät	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wanderkarten (möglichst in wasserdichter Hülle)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Schreibzeug und Papier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>