

# Packliste für dein (Mehr)- Tagesabenteuer

## Das benötigst du für dein Abenteuer:

Rucksack (bis 40 Liter) + Regenhülle

1 x Mütze - Hut

2 x T-Shirt

1 x Fleecejacke

und oder

1 x Soft-Shell-Jacke

1 x Regenanzug

1 x Wanderhose (ich bevorzuge Funktionsbekleidung)

4 x Wandersocken (übereinander getragen, vermeidest du Blasen)

1 x Wanderschuhe

1 x Erste-Hilfe-Set

1 x Tigerbalsam

1 x Schmerztabletten

1 x Blasenpflaster

evt. Medikamente

1 x Trinkflasche - Blase - 2 Liter

Verpflegung für unterwegs:

(Sandwich, Obst Müsliriegel)

Bargeld

EC-Karte

Ausweispapiere

Sonnenbrille

Sonnencreme

Mückenschutz

GPS-Gerät - Ladekabel

Powerbank - Ladekabel

Ersatzakku

Handy (c.geo App) (Notfallnummern) - Ladekabel

Kamera (um dein Abenteuer festzuhalten - Ladekabel

Wanderkarte des Gebietes

Stirn oder Taschenlampe

Taschenmesser oder Multitool

(Feststehende Klinge nicht länger als 12 cm)

Notizblock

Magnetheber & Spiegel

Bindfaden mit Haken  
1 x Rolle Klebeband  
4 x Wiederverschließbare Frischhaltebeutel  
Nadel und Faden  
1 x Jutebeutel  
2 x Kleiner Beutel für Abfälle  
Schlafsack  
Iglozelt  
Isomatte oder Luftmatratze  
Verpflegung für unterwegs  
(Kaffe, Milch & Zucker, Nudeln mit Ketchup, ...)  
Campinggaskocher - Ersatzkatusche  
Kochgeschirr  
Essgeschirr  
Essbesteck  
Trinkbecher  
Campinglampe  
2 weiteres T-Shirts  
2 Paar weitere Socken  
Kulturbeutel mit Hygieneartikel  
1 x Outdoor-Handtuch  
T-Shirt und Hose zum Schlafen  
Reisetagebuch um abends Gedanken, Erlebnisse etc. aufzuschreiben  
Taschenlampe - Infrarot - für den Nightcache  
Ohropax

***Im eigenen Tempo deinen Weg gehen ...***

"Bis bald im Wald" ...

Rabe Abraxas