

Ausrüstungsliste Wandern

Technische Ausrüstung (bringen alle mit)

- Rucksack (nicht zu gross)
- Wanderschuhe (eingelaufen, mit hohem oder niedrigem Schaft)
- Trekkingstöcke (zusammenfaltbar)
- Sonnenbrille

Bekleidung

- Wetterschutzjacke und -hose
- Wärmjacke (Daunen oder Primaloft)
- Persönliche Wanderbekleidung (inkl. Ersatzshirt)
- Mütze/Stirnband
- Sonnenhut

Karten- und Notizmaterial, Orientierung

- Kartenmaterial (gem. Ausschreibung)

Besonderes

- Evtl. kleine Taschenapotheke, Pflaster, persönliche Medikamente
- Taschenmesser, Multitool, Tape
- Papiertaschentücher
- WC-Papier
- Sonnenschutz (Sonnenscreme, Lippenchutz)
- Evtl. Feldstecher und Fotoapparat
- SAC Ausweis, 1/2-Tax Abo oder GA
- Geld (für Bahn, Getränke, Zwischenverpflegung u.a.)
- Mobiltelefon

Zusätzlich bei Mehrtagestouren

- Hüttenschlafsack
- Toilettenartikel
- Ersatzwäsche (bei Hüttentouren sparsam mitführen)
- Stirnlampe

Zusätzlich bei Kursen

- Kursunterlagen gemäss Ausschreibung
- Notizmaterial wie Block, Bleistift, Radiergummi