

Packliste 2016

1	Rucksack 40 - 50 ltr.	x
1	Rucksackregenhülle	x
1	Poncho	x
1	Regenhose	x
1	Regenjacke	x
	Regenschirm wer möchte	
2	Wandersocken	x
1	Freizeitsocken	x
2	Funktionsunterhosen	x
2	Funktionsunterhemden	x
2	Funktionsshirts Kurzarm	x
2	Funktionsshirts Langarm	x
1	Zipf-Wanderhose	x
1	leichte Wanderjacke	x
1	warmer Fleecepulli	x
alternativ	Fleecejacke	
1	Badehose	x
1	Mütze	x

1	Wanderschuhe	x
1	Leichte Schuhe	x
1	Flip Flops (Duschen)	x
1	Trekingstöcke	x
2	Ohrenstöpsel	x
1	Sonnenbrille	x
1	Brille	x
1	Brillenetui	x
2	Trinkflaschen	x
1	Taschenmesser	x
4	Wäscheklammern + Leine	x
1	Nähetui mit Sicherheitsnadeln	x
1	Digitalkamera	x
1	Handy	x
1	Tablett + Adapter	x
1	Ladekabel	x
2	Ziplocktüten	x
1	Tüte für schmutzige Wäsche	x
2	Brotzeittüten	x
1	kleiner Stein für Cruz de Ferro	x

1	kleiner Kulturbeutel	x
1	Sonnencreme	x
1	Zahnbürste	x
1	Zahnpasta	x
1	Trekinghandtuch	x
1	Body + Hairshampoo	x
3	Einmal-Rasierer	x
1	Rasiergel	x
1	Handwaschmittel	x
1	Kamm	x
1	Lapello	x

1	Bargeld	x
1	EC- oder Kreditkarte	x
	Brustbeutel	
1	Personalausweis	x
1	Krankenversicherungskarte	x
	Auslandsrankenversicherung	
1	Pilgerausweis	x
1	Pilgermuschel	x
1	Wanderführer	x
	Notfallnummer - im Herzausweis	x
1	Taschenlampe	x
1	Tagebuch	x
1	Stift	x
1	Zeckenzange	x

1	Erste Hilfe Set mit	x
	Pflaster	x
	Kompresse	x
	Mullbinde	x
	Desinfektionsmittel	x
	Nagelschere	x
1	Blasenpflaster (Compeed)	x
1	Hirschtalgcreme	x
1	Voltaren oder Kytta-Salbe	x
1	Elektrolytbrausetabletten	x
	alternativ nur Magnesium	
1	Persönl. Medikamente	x
1	Herzausweis	x
2	Tempo	x
1	Toilettenpapier	x
	Klebeband wer möchte	