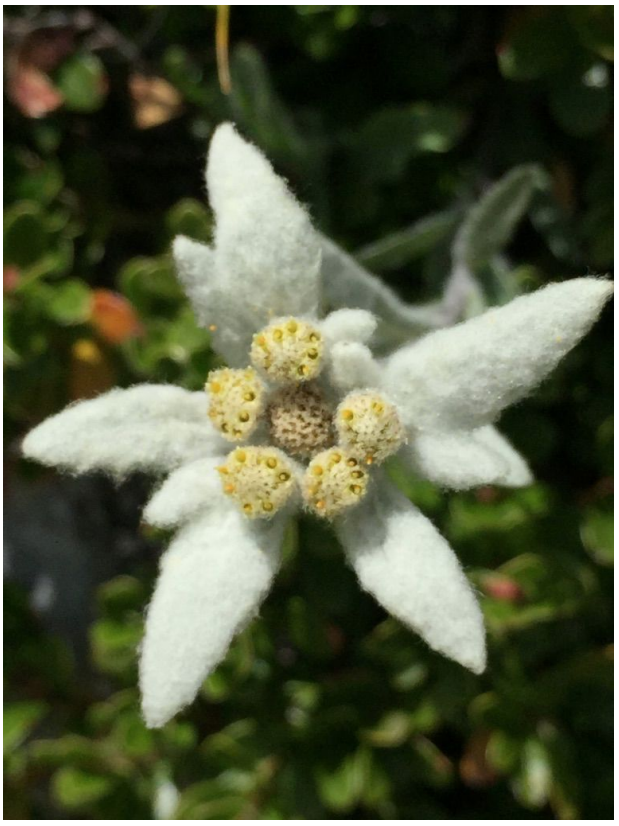
Ausrüstungsliste Mehrtagestour Sommer

Grundausrüstung

- Rucksack (wasserdicht oder mit Regenhülle), hohe Wanderschuhe
- Wanderbekleidung: leichte Jacke/Pullover, T-Shirt/Bluse/Hemd, lange Wanderhose, Unterwäsche, Socken
- Wechselkleider: T-Shirt/Bluse/Hemd, Unterwäsche, Socken
- Sonnenschutz: Kopfbedeckung, Sonnencrème und -brille, Lippenpommade mit Schutzfaktor
- Regenschutz: Jacke, Hose
- Kälteschutz: Daunen- oder Kunstfaserjacke, lange Unterhose, Handschuhe dünn und dick, Mütze, Schal
- Erste Hilfe, Körperhygiene: Taschenapotheke, persönliche Medikamente, Taschentücher, Toilettenartikel, kleines Handtuch, Waschlappen/Feuchttücher
- Übernachtung: Bekleidung, Seidenschlafsack, Stirnlampe (mit Ersatzbatterien)
- Verpflegung: Trink-/Thermosflasche, Proviant für entsprechende Anzahl Tage, Sackmesser
- Diverses: Bargeld, ID, Halbtax/GA

Zusatzausrüstung (fakultativ)

- Shorts/kurze Wanderhose
- Badebekleidung
- Hausschuhe/Sandalen
- Sitzunterlage
- Wanderstöcke
- Knirps-Regenschirm, Regenponcho, leichte Gamaschen
- Fotoapparat, Fernglas, Lupe
- Ladegerät/Zusatzakku für Elektrogeräte

Besonderes

- Bahnticket, SAC Mitgliederausweis