

Ausrüstungsliste Bergwandern (Hüttentouren)

Diese Packliste ist eine Empfehlung und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sie ist ggf. individuell anzupassen.

Bekleidung	vorhanden	eingepackt	offen
Hardshelljacke (Regenjacke)			
Softshellweste / Daunenjacke o.ä			
Hardshellhose (Regenhose)			
Wanderhose lang / kurz			
Langarmshirt (Merino / Kunstfaser)			
2 Funktions T-Shirts			
Schirmkappe als Sonnenschutz			
Wärmende Mütze / Stirnband			
Leichte Handschuhe			
2 Paar Wandersocken			
2-3 Unterhosen			
2 Sport-BHs			
Nachtwäsche			
Badebekleidung (je nach Tour)			

Hygiene / Gesundheit:	vorhanden	eingepackt	offen
Hüttenschlafsack (z.B. Seide, Kunstfaser)			
Hygieneartikel (wasserdicht verpackt)			
Sonnencreme + Lippenchutz			
Mikrofaserhandtuch			
Blasenpflaster & Tape			
Erste Hilfe / Medikamente			

Unser Tipp:

Die ideale Rucksackgröße liegt zwischen 28 und 35 Litern. Das gesamte Rucksackgewicht sollte bei einer mehrtägigen Tour bei maximal 8 - 9 kg liegen. Es gilt das Motto: So viel wie nötig, so wenig wie möglich.

Anmerkung:

Diese Packliste ist für Touren ohne Gepäcktransport ausgelegt. Bei Touren mit Gepäcktransport, sind im zusätzlichen Gepäckstück 7 kg möglich.

- zu 1) Eine Mitgliedschaft im Deutschen Alpenverein bietet einen recht umfangreichen Versicherungsschutz, berechtigt jedoch nicht zum Preisnachlass.
- zu 2) Mindestvolumen: 1 Liter
- zu 3) Bitte auf das Gewicht achten. Obst ist zwar gesund, jedoch im Verhältnis zu den Inhaltsstoffen sehr schwer.

Sonstiges:	vorhanden	eingepackt	offen
Geldbeutel mit Inhalt bzw. Bargeld			
Ohropax o.ä.			
Personalausweis			
DAV-Ausweis falls vorhanden ¹⁾			
Handy			
Stirn- oder Taschenlampe			

Ausrüstung:	vorhanden	eingepackt	offen
Rucksack inkl. Regenhülle			
Sonnenbrille			
Bergschuhe			

Verpflegung (je nach Tour)	vorhanden	eingepackt	offen
Energieiegel / Trockenobst / Nüsse			
Trinkflasche oder Trinkbeutel ²⁾			
Brot / Käse / Hartwurst / Obst ³⁾			

Nice to have und oft nützlich	vorhanden	eingepackt	offen
Kamera			
Regenschirm			
Leichte Hüttenschuhe			
Wanderstöcke (Teleskop- oder Faltstöcke)			
Taschenmesser			



www.wilde-alpentouren.de