

## **Packliste für Bergtouren:**

### **Grundausrüstung:**

Stöcke (optional)  
Rucksack 35-45l, Regenüberzug  
Bargeld  
GPS (optional)  
Mobiletelefon (mit Navi-App, opt)  
Karte (1:25000) (optional)  
Höhenmesser (optional)  
Kompass (optional)  
Taschenmesser  
DAV Ausweis

Kleine Taschenapotheke  
Zahnbürste & -creme  
Kleine portion Seife/ Duschgel  
Leichtes (fließ-)handtuch  
Ohropax  
Toilettenpapier  
Packsack oder Plastiktüte für die  
kleider im rucksack

### **Übernachtungsset:**

Stirnlampe, Ersatzbatterien  
leichte hüttenschuhe (optional)  
Impfausweis (optional)  
Mund-/Nasenschutz

### **Persönliche Ausrüstung:**

Multifunktionsjacke (**Regenfest**)  
Wetterfeste hose (**Regenfest**)  
Wanderhose, event. kurze hose  
1 Langarm fleece- oder wollpulli –dünn  
1 Langarm fleece- oder wollpulli –dicker  
unterwäsche  
2 T-shirts  
2 paar warme socken

Fingerhandschuhe/Fäustlinge  
Warme Mütze & Sonnenmütze

Sonnenbrille  
Sonnen-, Lippenschutz  
Thermos-/ Wasserflasche/Trinkbeutel  $\geq 1l$   
Zwischenverpflegung für die tagesouren  
Persönliche Medikamente  
Sitzkissen (dünn, faltbar) (optional)

Knöchelhohe, feste Bergschuhe (B/C)

### **Gruppenmaterial**

- Biwaksack (1 je 2 personen)  
- Erste-Hilfe set (1 je 2 personen)