

Juni 2016

## **Packungsliste für Säumer und Wanderer**

### **Auf Person oder im Rucksack:**

- Gültige Identitätskarte oder Pass
- Sonnencreme, Sonnenbrille, Lippenpomade
- Kopfbedeckung (Sonnenschutz)
- Taschentücher (Wichtig! Denn diese sind sehr vielseitig zu gebrauchen!)
- Nach eigenem Ermessen Fotoapparat
- Notfallmedikamente bei beispielsweise Allergien wie Bienenstichen usw....
- Im Sackgeld auch Euro
- Regenschutz komplett
- Notwäsche: 1 paar Socken, 1 x Unterwäsche ,1 T-Shirt (wahlweise Leibchen)  
Dies muss wasserfest in einem Plastiksack verstaut sein, Plastiksack am besten möglichst klein machen, zukleben, und mit Namen beschriften
- Pullover oder Flecejacke
- Windjacke, Mütze, ev. Handschuhe
- Taschenlampe, Ersatzbatterien
- Trinkflasche mit Marschtee
- Erste Hilfe Set (Pflaster, Salben, Fusspflege zur Behandlung von Blasen „Compeed®)
- WC Papier

### **Im Reisegepäck**

- Genügend Kleider, Wanderkleider,
- Genügend Unterwäsche und Ersatzwäsche für 4 Tage
- Ein Satz warme Unterwäsche
- Persönliche Kleidung für die Abende
- Hausschuhe / Sportschuhe / Freizeitschuhe
- Toilettenartikel, Duschsachen, Pflegeartikel
- Waschlappen, Badetuch
- ... und was ihr sonst noch so braucht für Unterwegs!...

### **Goldmine:**

- Strapazierfähige Kleidung
- Jacke Wasserabweisend oder besser Wasserdicht.
- Schuhe: Bergschuhe wasserdicht.
- Helm mit Stirnlampe kann bei Rolf bestellt werden mit der Anmeldung
- Sack für Erzproben /Schotter zum Auswaschen.
- Goldwaschpfanne wenn auswaschen vor Ort

### **Wichtig:**

Diese Liste ist ein Hilfsmittel und Empfehlung.