

CHECKLISTE

Was du unbedingt zum Wandern brauchst



pjur[®]
active

Wanderbekleidung

- | | |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Wanderschuhe | <input type="checkbox"/> Trekkinghose |
| <input type="checkbox"/> Trekkinghemd | <input type="checkbox"/> Wandersocken |
| <input type="checkbox"/> Regenjacke | <input type="checkbox"/> Kopfbedeckung |

Tageswanderungen

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Wanderkarte/Routenplaner | <input type="checkbox"/> Taschenmesser |
| <input type="checkbox"/> Getränk (pro Person ca. ein Liter Wasser) | <input type="checkbox"/> Wegproviant (z.B. Butterbrot, Obst, Traubenzucker etc.) |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe-Set | <input type="checkbox"/> Kompressen |
| <input type="checkbox"/> Verbandmaterial | <input type="checkbox"/> Handschuhe |
| <input type="checkbox"/> Pflaster | |
| <input type="checkbox"/> Rettungsdecke | |
-
- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Tüte/Tüten (für deinen Müll oder zum Sammeln von Pilzen, Beeren) | <input type="checkbox"/> Taschentücher |
| <input type="checkbox"/> 2SKIN | <input type="checkbox"/> Zecken-/Insektenschutz |
| <input type="checkbox"/> Sonnenmilch | |
| <input type="checkbox"/> Wanderrucksack | |

Mehrtageswanderungen

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Wanderkarte/Routenplaner | <input type="checkbox"/> Taschenmesser |
| <input type="checkbox"/> Getränke | <input type="checkbox"/> Lebensmittel |
| <input type="checkbox"/> Erste-Hilfe-Set | <input type="checkbox"/> Kompressen |
| <input type="checkbox"/> Verbandmaterial | <input type="checkbox"/> Handschuhe |
| <input type="checkbox"/> Pflaster | |
| <input type="checkbox"/> Rettungsdecke | |
-
- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Tüte/Tüten (für getragene Wäsche und deinen Müll) | <input type="checkbox"/> Taschentücher |
| <input type="checkbox"/> 2SKIN | <input type="checkbox"/> Zecken-/Insektenschutz |
| <input type="checkbox"/> Sonnenmilch | <input type="checkbox"/> Wechselwäsche (mind. 3 Garnituren) |
| <input type="checkbox"/> Wanderrucksack | <input type="checkbox"/> Handtuch |
| <input type="checkbox"/> Zweites paar Schuhe | <input type="checkbox"/> Zahnpasta |
| <input type="checkbox"/> Seife | <input type="checkbox"/> Zelt |
| <input type="checkbox"/> Zahnbürste | <input type="checkbox"/> Schlafsack |
| <input type="checkbox"/> Isomatte | <input type="checkbox"/> Essbesteck |
| <input type="checkbox"/> Teller | <input type="checkbox"/> Spül-/Geschirrtuch |
| <input type="checkbox"/> Becher | |
-
- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Reiseapotheke | <input type="checkbox"/> Mittel gegen Durchfall | <input type="checkbox"/> Mittel gegen Kopfschmerzen |
| | <input type="checkbox"/> Andere benötigte Medikamente | |
-
- | | |
|---------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Feuerzeug | <input type="checkbox"/> Gaskocher |
| <input type="checkbox"/> Taschenlampe | <input type="checkbox"/> Bargeld |
| <input type="checkbox"/> Ausweis | |