

Packliste für Hajks

T-Shirts (1 am Körper + 1 pro Tag)
Bequeme Unterwäsche (1x am Körper + 1x pro Tag)
Socken (1 Paar am Körper + 1 Paar pro Tag)
Kluft mit Tuch und Knoten (am Körper)
1 Pullover (am Körper)
1 Hose (am Körper)
Schlafzeug
Badehose/Badeanzug
Waschsachen: mit kleinem Duschgel/Seife; Zahnbürste im Köcher und kleiner Zahnpasta;
Klappbürste; 1 kleines Handtuch; Mädchen: Damenhygieneartikel; (bei längerer Tour: kleines Shampoo); in leichtem Waschbeutel oder Plasiktüte;
Regenjacke und Regenhose
Stofftasche für getragene Kleidung
Sonnenschutzhut
Feste, möglichst wasserdichte Schuhe (am besten atmungsaktiv)

Trekkingrucksack
Isomatte; Schlafsack evt. mit Inlet
Zum Biwak bauen: BW-Poncho oder Kohtenplane
Essgeschirr und Besteck
1 Geschirrtuch
Fahrtmesser oder wenigstens Taschenmesser
Impfpass; Krankenkassenkarte
kleine Bibel
Taschentücher
Trinkwasser in Plastik-/Aluflasche (1 Liter); weitere Flaschen für mind. 2 Liter Trinkwasser

Falls vorhanden:
persönliche Medikamente
schweißhemmende Salbe
(Sonnenbrille)
(Pfadfinderhandbuch)
(kleines Nähset)

Entfällt bei Camps:
Anmeldeformular
Gebühr für Essen, Kocherspirit, Klopapier, etc.
evt. Vesper für die Zeit bis zum Treffpunkt

pro Team:
Sonnenschutzmittel
Zeckenschutzmittel
1-2 kleine Taschenlampen
Fotoapparat
kleiner Notizblock und Stift
Armbanduhr

**Das Gewicht des Rucksacks darf mit allem Gepäck und Proviant
je nach Statur 10-12kg nicht übersteigen!**