

Ausrüstung

-20-30 Liter Rucksack bei 1 Tages, 30-40 Liter bei 2 Tagestouren

- Regenhülle für Rucksack falls nicht integriert
- Trillerpfeife für alpines Notsignal (meist in der Rucksackschnalle integriert)
- Bergschuhe
- Leichte Hüttenschuhe (Flip Flop im Sommer)
- Erste Hilfe Set / Blasenpflaster/ Rettungsdecke
- Trinkflasche oder Trinksystem mind. 1,5 Liter
- Mütze
- Sonnenschutz
- Handschuhe

Bekleidung

- Hardshelljacke Wasserdicht
- Merino Shirt langarm oder Fleecejacke

- 1 oder 2 x Funktionsshirts aus Merino Wolle
- 1 oder 2 x Wandersocken
- 1x Socken für die Hütte
- 1 oder 2 x Unterhosen
- 1 oder 2 x Wanderhose kurz/lang

Hygiene:

- Zahnbürste
- kleine Tube Zahnpasta
- kleines Duschgel
- kleines Handtuch
- Sonnencreme (hoher Lichtschutzfaktor)
- Deo
- Ohropax (jeder der schonmal in einem Schlafraum geschlafen hat, weiß warum)
- Hüttenschlafsack
- warmer Schlafanzug, es geht auch Merino Unterwäsche (Schlafzimmer sind i.d.R. nicht beheizt.)

Sonstiges:

- DAV Ausweis & Personalausweis
- Versicherungskarte
- Reservierung und Kontaktdaten der DAV Hütte
- EC Karte und ausreichend Bargeld (nicht alle Hütten akzeptieren Kartenzahlung)
- GPS Gerät mit vollen Batterien und aktueller Karte/ oder Wanderkarte
- Höhenmesser
- Sonnenbrille (Höchste UVSchutzstufe (UV Kategorie 4) für Einsätze im Hochgebirge)
- Ein Buch zum lesen
- etwas zum naschen
- 1 x Müllbeutel (Müll kann nicht auf der Hütte gelassen werden!!!)
- Teleskop/FaltWanderstöcke
- LED Stirnlampe
- Handy
- Kamera/Speicherkarte
- Proviant

☐ kleines Taschenmesser

*jeweils ein Teil wird am Körper getragen

**diese Packliste kann natürlich noch individuellen Bedürfnissen angepasst werden. Bitte nicht vergessen, das Rucksackgewicht sollte höchstens 20% des Körpergewichtes betragen.

Besuche uns auf: www.heimat-sport.com