

Packliste ALC Pfalz

DIE GANZE AUSTRÜSTUNG MUSS AM ODER IM GROSSEN RUCKSACK KOMPLETT VERSTAUT SEIN (EIN GEPÄCKSTÜCK) UND SOLLTE **15 KG** NICHT ÜBERSCHREITEN. JEDER TRÄGT SEIN GEPÄCK

TRANSPORT

- Guter Rucksack, mind. 50 Liter
darin wird die komplette Ausrüstung inkl. Tagesrucksack verstaut
- Tagesrucksack, ca. 20 bis 25 Liter

KOCHEN UND ESSEN

- Teller und Becher
(bruchsicher & hitzebeständig)
- Messer, Löffel, Gabel (Tipp: Spork)
- Taschenmesser
- Müllbeutel für pers. Abfall
- Getränkeflasche

ÜBERNACHTUNG

- Schlafsack
- Isomatte
- Wasserdichtes Zelt (kein Biwak, kein Wurfzelt!)
(je Zelt 2-3 Frauen einer Gruppe)

SCHUHWERK

- Knöchelhohe Berg-/Wanderschuhe
- Flip-Flops oder leichte bequeme Schuhe
(als Alternative für zwischendurch)

BEI REGENWETTER

- Regenjacke und Regenhose
- Wasserdichte Rucksackabdeckung
(für beide Rucksäcke)

DOKUMENTE

(wasserdicht verpackt)

- Personalausweis
 - Versicherungskarte
 - Notfalltelefonnummer
- } Auf Zettel im Tagesrucksack

KLEIDUNG

Stelle das Zwiebelprinzip sicher!

- Trekkinghose / -shorts
- T-Shirt / Top
- Shirt mit langen Ärmeln
- Pullover oder Fleece-Jacke
- winddichte Jacke
- Unterwäsche, Socken
- Nachtwäsche
- Badeanzug / Bikini
- Sonnenhut / Kappe
- Beutel für schmutzige Wäsche

SONSTIGES

- Stirnlampe
- Hygieneartikel
- persönliche Medikamente
- Outdoorhandtuch
- Sonnenbrille, Sonnencreme
- dünne Plastiktüten
(für „mit trockenen Socken in nasse Schuhe“)
- Sitzunterlage für unterwegs
- möglichst Trekkingstöcke
- Schreibzeug, Notizbuch
- Bibel

PRO GRUPPE (8-9er)

- 4x Gaskocher
- 4x Camping Kochtopf (je Person sind 0,5 L Fassungsvermögen notwendig)
- Feuerzeug
- Spülschwamm + Geschirrtuch
- Mückenspray

➔ *Geschirrspülmittel, Handseife und Zahnpasta wird gestellt (muss biologisch abbaubar sein)