



Was gehört in den Tagesrucksack?

✓	Gegenstand	Gewicht (g)
	Rucksack, ca. 25-30 l	1.250
	Regenhülle für den Rucksack	50
	Regenjacke	400
	Pullover/Fleece	300
	Schirmmütze (Sonnenschutz)	100
	Sonnencreme	100
	Verbandszeug (Pflaster, Blasenpflaster, Sprühverband, Insektensalbe, Zeckenzange)	300
	Sitzkissen	100
	Wanderkarte	100
	Fotoapparat	500
	Mobiltelefon	100
	Taschenmesser	100
	Gefüllte/s Trinkflasche/-system	1.000
	Proviant (Brötchen, Müsliriegel, Obst)	300
Gesamtgewicht (g):		4.700

Diese Packliste ist ein Vorschlag. Selbstverständlich können Sie Artikel weglassen, die Sie nicht benötigen, oder die Liste um eigene Artikel ergänzen:
Aber denken Sie bitte daran, dass jeder Gegenstand zusätzliches Gewicht mitbringt!



Mit freundlicher Genehmigung von

www.schoeneres-wandern.de