

# Ausrüstungsliste Tagestour Sommer



## Grundausrüstung

- Rucksack (wasserdicht oder mit Regenhülle), hohe Wanderschuhe
- Wanderbekleidung: leichte Jacke/Pullover, T-Shirt/Bluse/Hemd, lange Wanderhose, Unterwäsche, Socken
- Sonnenschutz: Kopfbedeckung, Sonnencreme und -brille, Lippenpommade mit Schutzfaktor
- Regenschutz: Jacke, Hose
- Kälteschutz: Daunen- oder Kunstfaserjacke, lange Unterhose, Handschuhe dünn und dick, Mütze, Schal
- Erste Hilfe: Taschenapotheke, persönliche Medikamente, Taschentücher
- Verpflegung: Trink-/Thermosflasche, Proviant, Sackmesser
- Diverses: Bargeld, ID, Halbtax/GA

## Zusatzausrüstung (fakultativ)

- Shorts/kurze Wanderhose
- Badebekleidung
- Sitzunterlage
- Wanderstöcke
- Knirps-Regenschirm, Regenponcho, leichte Gamaschen
- Fotoapparat, Fernglas, Lupe

## Besonderes

- Bahnticket

