Packliste Ten-Essentials

Die Ten-Essentials sind die zehn wichtigsten Ausrüstungsgegenstände. Sie gehören zur Grundausstattung beim Trekking und sollten bei keiner Tour fehlen. Hierbei ist es egal, ob es sich um eine Tagestour oder eine mehrtägige Unternehmung handelt.
Um Dir einen Überblick über das Gewicht Deiner Ausrüstung zu geben, haben wir grobe Richtwerte zu den Gewichtsangaben mit eingefügt, die Dir als Anhaltspunkte dienen sollen.

1	Messer (100g)	
2	Wetterschutzbekleidung (500g) Regenjack, Regenhose	
3	Wechselklamotten im Drybag (1000 g) 1x Ersatzstrümpf, 1x Ersatzunterhose bzw.Funktionsunterwäsche, 1x Ersatzshirt, 1x Ersatzhose	
4	Erste-Hilfe-Set + pers. Medikamente (300 g)	
5	Verpflegung und Getränke (3000 - 5000 g) Trekkingnahrung für: Frühstück, Mittag, Abendessen + Trail-Snacks, Wasser 2-3 Liter Pro Tag	
6	Werkzeug zum Feuermachen (100 g) Feuerzeug, Feuerstahl	
7	Navigationswerkzeug und Unterlagen (300g) Kartenhülle, Karte vom Tourengebiet, Kompass, GPS-Gerät + Ersatzbatterien	
8	Leuchtmittel/Taschenlampe/Ersatzbatterien (450 g) Stirnlampe, Taschenlampe + Ersatzbatterien	
9	Sonnenschutz (200 g) Sonnenbrille, Sonnencreme, Kopfbedeckung	
10	Survival-Kit (100 - 200 g)	

23SpotsWilderness
Phone: +49 157 9232 4008 | Mail: info@23spotswilderness.com
Web: https://www.23spotswilderness.com