
Materialliste Mehrtagestour Sommer.

- Feste Wanderschuhe
- Wanderstöcke
- Rucksack max. 35l / Regenhülle
- Wanderbekleidung im «Zwiebelprinzip»
(inklusive warme Fleecejacke, Primaloft oder
ähnliches)
- Regenjacke (ev. Regenhose)
- Reservekleider
- Mütze (ev. dünne Handschuhe)
- Sonnenhut
- Sonnenbrille
- Sonnenschutzmittel
- Lunch / Snacks für 4 Tage
- 2 mal Frühstück inklusive Tee und Kaffee
- Ca. 1,5 L Marschtee (ev. Thermosflasche)
- Seidenschlafsack / Oropax
- Stirnlampe oder kleine Taschenlampe
- Toilettenartikel
- Persönliche Medikamente
- Blasenpflaster
- Halbtax
- SAC Ausweis (wenn vorhanden)
- Bargeld

PERSÖNLICHES NACH BEDARF:

- Feldstecher
- Fotoapparat
- Badehose

Bei Fragen können Sie mich gerne kontaktieren:

Alexandra Marty
+41 79 704 81 21
hallo@lieblingsberge.ch
www.lieblingsberge.ch

