

<u>Schlafen</u>	<u>Kleidung</u>	<u>Schuhe</u>	<u>Essen (in einer Stofftasche packen)</u>	<u>Hygiene & Medizin</u>	<u>Material</u>	<u>Sonstiges</u>
Schlafsack Fleece-Inlet/Decke	Klufthemd , Halstuch und Halstuchknoten	Wanderschuhe oder imprägnierte Lederschuhe	Essbesteck	Zahnbürste Zahnpasta	Taschenlampe Ersatzbatterien	Badezeug + großes Handtuch
Isomatte oder Luftmatratze	Kopfbedeckung	Evtl. Schneeschuhe	Tiefe Teller	Waschzeug	Taschenmesser	Schlitten, Poporutscher und eine Schaufel
Zusätzliche Isolation gegenüber dem Boden Alu beschichtete Matte	Regenjacke, Schneeanzug/-Hose		Becher, Wasserflasche	Handtuch	Tagesrucksack	Süßigkeiten
Kopfkissen	Fleece-Jacke		Geschirrhandtuch	Taschentücher	Feuerzeug	
Feldbett, kann auch ausgeliehen werden!	Pullis, T-Shirts		Butterbrotdose	Toilettenpapier		
	Lange Hosen			Medikamente bei Bedarf		
	Unterwäsche, Socken			Kranken- versicherungskarte		
	Lange Unterhosen					
	Handschuhe					
	Wäschebeutel					
	Bitte genügend Wechselgardarobe einpacken!!!					