

Packliste für Bergtour Hahnen

- Bergschuhe
- Rucksack
- Teleskop-Wanderstöcke / Treckingstöcke (Markus von mir)
- Sonnenbrille
- Nötigenfalls Lesebrille

Kleidung:

- Unterwäsche
- Lange leichte Wanderhose (z.B. Trekking-Hose, wichtig: bequem, nicht zu eng)
- Hosengurt
- 1-2 Paar Socken
- 2 T-Shirt (ideal sport functional wear)
- 1 langärmeliges Hemd
- 1 Fliessjacke oder Pullover oder leichte Daunenjacke (gegen Kälte)
- 1 gute Jacke (gegen Wind- und Regen)
- 1 Kopfbedeckung (z.B. Baseball-Mütze)

Körperschutz:

- 1 Sonnencreme
- Handschuhe / Gartenhandschuhe (nützlich bei Stahlseilen)

Weiteres:

- Smartphone mit geladenen Batterien + evt. Ersatz-Batterie und Apps für GPS, Höhenmessung, und Kompass. Achtung: in Rughubelhütte kann Handy nicht geladen werden!

Weiter zu beachten:

- Durchführung nur bei trockenem Wetter. Entschieden wird allerspätestens am Donnerstagmorgen durch Bergführer Tom Zwahlen
- 1. Übernachtung im Chalet Bergmandli. Für Frühstück Sorge ich
- Duschen möglich in der Rughubelhütte, aber kalt...! >Kleines Handtuch zum Abtrocknen mitnehmen (oder 1 sauberes T-Shirt verwenden)
- Frischer Leintuchschlafsack mieten wir in der Hütte
- Nachtessen und Frühstück wird in Hütte serviert. Im Preis inkl.

- Strom- und USB-Stecker für Smartphone (im Chalet)
- Uhr
- Portemonnaie mit: Geld, ID, evt. EC und/oder Kreditkarte, SAC-Mitgliedskarte wenn vorhanden, Notrufnummern, Halbtax-Abo
- Taschenmesser (klein mit Messer, Schrauben- u. Korkenzieher)
- Papier-Taschentücher
- Kugelschreiber, etwas Papier
- Kl. Rucksackapotheke: z.B. Verbandsmaterial, Blasenpflaster, Verdauungsstörungen, Schmerzen, Erkältung
- ein Stück Schnur, um defekte Schuhe und Rucksäcke notfallmässig zu flicken
- Fernglas (individuell)

Proviant für 1 Tag: Znüni und Lunch:

- 1 – 2 Flaschen (PET finde ich praktisch im Sommer) mit 1 – 1.5 l Wasser, Tee oder Cola, unterwegs wieder füllbar.
- 2-3 Sandwich, 2 Äpfel, 1 Tafel Schokolade oder 2 Riegel

Übernachtungs-Ausrüstung:

- Trainer / Pyjama
- Zahnbürste, Zahnpasta
- Oropax (Gehörschutz gegen Scharch- und andere Geräusche)
- Kleines Handtuch
- Allf. Medi

Froi mi riisig!

Roman Füglistner, 27.8.16