

WANDER-CHECKLISTE

1. KLEIDUNG UND AUSRÜSTUNG

- Bequeme und wetterfeste Wanderschuhe
- Funktionskleidung (atmungsaktiv und dem Wetter angepasst)
- Regenjacke oder Poncho
- Rucksack (leicht und mit gutem Tragesystem)
- Wanderstöcke (optional, je nach Strecke)

2. VERPFLEGUNG

- Ausreichend Wasser (mind. 1,5 Liter pro Person)
- Snacks (z. B. Müsliriegel, Obst, Nüsse)
- Leichtes Lunchpaket für längere Wanderungen

3. NAVIGATION

- Wanderkarte oder ausgedruckte Route
- GPS-Gerät oder Smartphone mit einer Navigations-App (z. B. Komoot, Outdooractive)
- Geladene Powerbank für Dein Smartphone

4. SICHERHEIT

- Erste-Hilfe-Set (inkl. Pflaster für Blasen)
- Sonnenschutz (Sonnencreme, Sonnenhut, Sonnenbrille)
- Insektenschutzmittel
- Notfallpfeife

5. NÜTZLICHES ZUBEHÖR

- Sitzunterlage für Pausen
- Fernglas (ideal für Naturbeobachtungen)
- Taschenmesser
- Müllbeutel (für eigenen und gefundenen Abfall)
- Kamera oder Smartphone für Fotos

6. FÜR DIE KÄLTEREN MONATE

- Handschuhe und Mütze
- Wärmende Schicht (z. B. Fleecejacke)
- Thermoskanne mit warmem Getränk

Extra-Tipp:

- Informiere Dich vorab über das Wetter und die Wegbeschaffenheit.
- Lass Familie oder Freunde wissen, wo du unterwegs bist, insbesondere bei längeren Touren.



TRAVELJUNKYZ
ENTDECKE DIE WELT MIT UNS
WWW.TRAVELJUNKYZ.DE