

Materialliste; 1 Tageswanderung

Diese Ausrüstungsliste dient als Checkliste. Dabei wird unterschieden ob es sich um Material handelt, das unbedingt mitgenommen werden muss und Material, das mitgenommen werden kann. Eine zweckmässige und vollständige Ausrüstung ist entscheidend für eine erfolgreiche Tour.

Geringes Gewicht ist aber auch wichtig. Nur so viel wie nötig und nicht so viel wie möglich.

MUSS mit	KANN mit	Hab ich	Material	MUSS mit	KANN mit	Hab ich	Essen und Trinken	MUSS mit	KANN mit	Hab ich	Bekleidung
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Rucksack (ca.20 – 30L)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Getränke	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Zwiebeltaktik
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Trekking- oder Wanderschuhe T1-T2	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Trinkflasche; Thermosflasche	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hardshell Jacke (Gore Tex)
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hohe Wanderschuhe T3 – T4	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schokolade	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Warme Jacke/ Kleidung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Feste hohe Bergschuhe (steigeisenfest)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Verpflegung	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Wander Hosen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anseilgurt (Gstälti)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Energieriegel	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Regenschutz, Pellerine
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Helm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gipfelwein	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Lange Unterhosen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pickel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Unterziehpullover
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schraubkarabiner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pullover
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Steigeisen mit Antistoll	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kappe / Mütze
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gamaschen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Stirnband / Halstuch
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Teleskop-Wanderstöcke	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Apotheke	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Handschuhe (dünne, warme)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Stirnlampe	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schmerzmittel (Aspirin)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ersatz Handschuhe
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sonnenbrille	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pflaster	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Socken
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Lippen- und Hautschutz	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Verbandszeug	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Unterwäsche
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Taschenmesser	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fiebermedikament	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ersatzwäsche
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Karten	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Magen / Darm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Hütten Bekleidung
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kompass	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	gegen Unwohlsein	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Taschentücher
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	GPS	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	persönliche Medis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kabelbinder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schutzmasken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Draht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Isolationsmatte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Anderes
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Heftpflaster	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fotoapparat
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Eisschrauben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Videokamera
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schlingen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ladegeräte
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Seil 30m, 50m	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Handy
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Abseil-8er	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	iPod
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Express	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Fremdwährung*
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	ID; Pass*
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	½ Tax / GA / Abo
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	SAC Mitgliedsausweis
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kletter Handschuhe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Einheimischen Ausweis
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Kletterfinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Spiele, Jass Karten
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Klettersteig Set	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ersatzbatterien
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bargeld (CHF / Euro)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sonde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Lesebrille
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Schaufel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	LVS	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

* Falls uns unsere Wanderung ins Ausland führt