ausrüstungsliste

Bekleidung und anderes

- £ Trekking- oder Bergschuhe
- £ Wetterfeste alpine Kleidung (Anorak; Hose)
- £ Pullover (Fleece oder Schurwolle)
- £ Warme Unterwäsche
- £ Überzugshose
- £ Mütze
- £ Handschuhe
- £ Reservewäsche (ausreichend)
- £ Sonnenschutz
- £ Sonnenbrille
- £ Sonnenschutzcreme
- £ Turnschuhe, Hüttenschuhe
- £ Waschzeug
- £ Stirnlampe
- £ evtl. Fotoapparat, Film
- £ Schreibutensilien

Zusätzlich nach Möglichkeit

- £ alte Bergbekleidung (Hosen, Jacken, Pullis), die kaputt werden darf

Vorsorge/Gesundheit/Notfall

- £ falls notwendig, eigene Medikamente