



# PACKLISTE FÜR DIE TAGESTOUR

## BEKLEIDUNG

- Funktionsshirt (kurzarm / langarm)
- Funktionssocken
- Wanderschuhe
- Wanderhose / Zip-Off Hose
- Fleecejacke oder Pullover
- Regenjacke / Regenhose
- Softshelljacke
- 

## WANDERAUSRÜSTUNG

- Rucksack 20-30l
- Erste-Hilfe-Set
- Medikamente (falls nötig)
- Telefon mit Notfallnummern
- Karte/Wanderführer
- Bargeld
- Ausweis
- Trinkflasche / Trinkblase und ausreichend Wasser (mind. 1,5l)
- Taschenmesser/Multitool
- Proviant (Nüsse/Riegel)
- Kleiner Müllbeutel
- Evtl. Stirnlampe
- 

## OPTIONAL (je nach Wetter)

- Mütze / Stirnband
- Kappe / Halstuch
- Funktionsshirt zum Wechseln
- Sonnenbrille
- Sonnenschutz LSF >30
- Verstellbare Wanderstöcke
- Regenhülle für den Rucksack

## Falls noch Platz ist:

- Kamera
- Fernglas
- Taschentücher
- Zeckenzange
- Kleines Sitzkissen
- EIN SCHOPPEN- Minibocksbeutel (GWF)
- 

**WINZERGEMEINSCHAFT FRANKEN EG (GWF)**

Alte Reichsstraße 70 • 97318 Kitzingen • T 09321 7005-0

Weitere Infos und Wein-Wandertouren unter: [www.gwf.de/weinwandern](http://www.gwf.de/weinwandern)



# PACKLISTE FÜRS FERNWANDERN

## BEKLEIDUNG

- 1 T-Shirt / Hemd für den Abend
- 2 Funktionshirts oder Hemden
- 3 Paar Funktionssocken
- Wanderschuhe
- Wanderhose / Zip-Off Hose
- Jogginghose/Leggins
- Fleecejacke oder Pullover
- Multifunktions-Halstuch
- Schildmütze / Mütze / Stirnband
- Regenjacke / Regenhose
- Softshelljacke
- Unterwäsche/BH zum Wechseln

## WANDERAUSRÜSTUNG

- Rucksack 30-50l
- Erste-Hilfe-Set
- Mückenschutz
- Sonnenschutz LSF >30
- Medikamente (falls nötig)
- Telefon mit Notfallnummern
- Karte/Wanderführer
- Bargeld / EC-Karte
- Ausweis / Reisepass
- Trinkflasche / Trinkblase und ausreichend Wasser (mind. 1,5l)
- Regenhülle für den Rucksack
- Taschenmesser/Multitool
- Verstellbare Wanderstöcke
- Proviant (Nüsse/Riegel)
- Kleiner Müllbeutel
- Evtl. Stirnlampe
- 

## HYGIENEARTIKEL

- Trockenschampoo oder Seifenkonzentrat zum Waschen von Körper und Kleidung
- Deospray oder -roller
- Kamm
- Blasenpflaster & Wunddesinfektion
- Zahnbürste & Zahnpasta
- Mittelgroßes Mikrofaserstuch
- Zeckenzange
- 

## BEI SELBSTVERSORGUNG UND ZELT

- Biwak oder Zelt
- Schlafsack und Isomatte
- Gaskocher & Topf
- Zusammenfaltbare Schüssel & Löffel
- Feuerzeug / Streichhölzer
- Kleines Sitzkissen
- EIN SCHOPPEN Minibocksbeutel (GWF)
- Konserven
- 

**WINZERGEMEINSCHAFT FRANKEN EG (GWF)**

Alte Reichsstraße 70 • 97318 Kitzingen • T 09321 7005-0

Weitere Infos und Wein-Wandertouren unter: [www.gwf.de/weinwandern](http://www.gwf.de/weinwandern)