

## **Inhalt Rucksack**

Helm/Steinschlag  
Klettergeschirr  
Seil-/Karabinerhaken  
Steigeisen  
Handschuhe  
Kompass  
Höhenmesser  
Landkarten

Geld  
DAV-Ausweis  
Krankenversicherungskarte  
Auslandsreisekrankenschein  
Reisekrankenversicherung  
Personalausweis  
Nähzeug  
Sicherheitsnadel u.s.w.  
Ersatzschnürsenkel  
Sonnenbrille  
Hüttenschlafsack  
Zahnbürste  
Zahnpasta  
Haarschampon  
Kamm  
Sonnencreme  
Seife  
Toilettenpapier  
Deo  
Arnikaalbe  
Nagelschere  
Nagelfeile  
Fußcreme  
Handtuch  
Socken  
U-Hosen  
Kurze Hose  
Lange Hose  
T-Shirt  
Pulli  
Fleece Jacke  
Hüttenschuhe  
Hut/Kappe  
Trainingsanzug  
Regenjacke  
Erste Hilfe Päckchen  
Blasenpflaster  
Becher  
Teller  
Besteck

Taschenmesser  
Taschenlampe  
Magnesium  
Calcium  
Wasserflaschen  
Wasseraufbereitungstabletten  
Müsli-Riegel  
Salz  
Fotoapparat und Zubehör  
Schreibzeug  
Kugelschreiber  
Plastiktüten für Brot  
Plastiktüte für schmutzige Wäsche

Ohne Garantie auf Vollständigkeit