

# Packliste Sommertouren



- ✓ Gore-Tex Jacke
- ✓ Softshell-, Fleece- oder dünne Daunenjacke
- ✓ Wanderhose
- ✓ Atmungsaktive Ober- und Unterbekleidung
- ✓ Wechselwäsche (T-Shirt, Pullover)
- ✓ Feste, knöchelhohe Bergschuhe
- ✓ Handschuhe, Mütze oder Stirnband (der Jahreszeit/Temperatur angepasst)



- ✓ Sonnenbrille
- ✓ Sonnencreme und Lippenchutz
- ✓ Rucksack mit Regenhülle
- ✓ Handy oder Foto
- ✓ Trinkflasche mit einem Getränk (mindestens 1 Liter)
- ✓ Proviant für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, etc.)
- ✓ Stirnlampe (nur notwendig bei Sonnenaufgang-, Sonnenuntergang- und Vollmondturen)
- ✓ Sitzmatte



- ✓ Teleskopstöcke (bei Bedarf) \*
- ✓ Rucksackapotheke, Rettungsdecke, pers. Medikamente
- ✓ Bargeld, Ausweis, Alpenvereinsausweis (falls vorhanden)
- ✓ Bergkostenversicherung (ÖAV, ÖAMTC, VISA, ADAC, etc.)

\* kann für die Dauer der Tour gegen Aufpreis gemietet werden