

DIE ULTIMATIVE PACKLISTE

für Wanderungen in Grönland

BEKLEIDUNG

- _____ kg Sweatshirt
- _____ kg Unterhose
- _____ kg Baumwollsocken /
Wandersocken und
Wollsocken (für Stiefel)
- _____ kg Oberteile
- _____ kg Berghose oder Cargohose
- _____ kg Jacke / Anorak
- _____ kg Wanderschuhe inkl.
Gamaschen
- _____ kg Kappe

Jackentaschen

- _____ kg Lederhandschuhe
- _____ kg Sonnenbrille
- _____ kg Lippenbalsam
- _____ kg Karte
- _____ kg Kompass
- _____ kg Pfeife
- _____ kg Höhenmesser

Hosentaschen

- _____ kg Messer
- _____ kg Rettungsdecke

EIGENE AUSRÜSTUNG

Rucksack: Deckeltasche

- _____ kg Medizin
- _____ kg Kamera
- _____ kg Wasserfeste Kleidung
- _____ kg Mückennetz
- _____ kg Mückenschutz
- _____ kg Lederfett
- _____ kg Klopapierrolle

Mittelteil

- _____ kg Geldbörse, Krankenversicherung,
etc.

Am Rucksack befestigt

- _____ kg Wasserflasche (gefüllt)
- _____ kg Evtl. Zelt
- _____ kg Unterlage oder Matte

Hauptsegment

- _____ kg Goretex Outdoor Bekleidung
- _____ kg Trangia Kochzubehör,
Teller, Löffel, etc.
- _____ kg Streichhölzer, Feuerzeug und
Topfschwamm

- _____ kg Wollpullover
- _____ kg Termojacke / Weste
- _____ kg Eine Hose und ein Oberteil
- _____ kg 2 Paar Unterhosen
- _____ kg 2 Paar Socken
(Baumwolle/ Sportsocken)
- _____ kg 1-2 Paar Wollsocken
- _____ kg Handtuch
- _____ kg Buch, Notizbuch und Stift
- _____ kg Min. 0,7 L Brennstoff/
eine Gasflasche
- _____ kg Essen (siehe nächste Seite)
- _____ kg Taschenmesser
- _____ kg Toilettenartikel
- _____ kg Thermounterwäsche
- _____ kg Stahldraht, und Alleskleber
- _____ kg Flachzange und Drahtschneider
- _____ kg Extra Gurte und Schnallen für
ihren Rucksack
- _____ kg Schlafsack (inkl. Liner)
- _____ kg Knieschützer, Paracetamol,
Tigerbalm, Blasenpflaster
- _____ kg Evtl. Angelausrüstung

DIE ULTIMATIVE PACKLISTE

für Wanderungen in Grönland (fs.)

GEMEINSAME AUSRÜSTUNG

_____ kg	Erste-Hilfe-Set	_____ kg	Plastiktüten
_____ kg	Sonnencreme	_____ kg	20 m Nylonseil
_____ kg	Feuchtigkeitscreme	_____ kg	Lampe
_____ kg	Nähzeug	_____ kg	Extra Kompass
_____ kg	Zelt und Zubehör (Nägel, Unterlage, etc.)	_____ kg	Extra Karte
_____ kg	Shampoo und Seife	_____ kg	Evtl. Fernglas
_____ kg	Geschirrtuch	_____ kg	Signalrakete (Nur benutzen, wenn Sie von Menschen gesehen werden können!)

ESSENSRATION

Einwöchige Essensration pro Person

_____ kg	Salz, Zucker, etc.	_____ kg	4 Pakete Tomaten- oder Pilzsuppe
_____ kg	8 gefriergetrocknete Gerichte	_____ kg	4 Pakete Früchtesuppe
_____ kg	Bulgur/ Couscous	_____ kg	4 Brotlaibe
_____ kg	Kartoffelbrei (aus der Tüte)	_____ kg	Heiße Schokolade, Kaffee und Tee
_____ kg	Rosinen, Schokolade, o. Ä.	_____ kg	Süßigkeiten
_____ kg	0,8 kg Haferflocken		

GESAMTGEWICHT

_____ kg insgesamt