

Ausrüstungsliste: Überschreitung Tennengebirge (Salzburg) 09 bis 11.07.2016

Wanderschuhe: hoch über die Knöchel reichend mit Profilsohle

Rucksack: wenn vorhanden mit Hüftgurt. Fassungsvermögen von ca. 30 Liter sollte ausreichen, evt. mit Regenschutzhülle

Bekleidung: Hose evt. abzippbare Hose, evt. Ersatzhose
Hemd oder Leibchen für 3 Tage
bequeme Unterwäsche und Sportsocken für 3 Tage
warme, lange Unterwäsche
warme Jacke
Die ganze Ersatzbekleidung in einen Plastiksack einpacken.

Wetterschutz: Regenjacke oder Regenponcho, (Bitte keine Schirme, bei Wind sind die meisten Schirme ungeeignet)
Sonnenbrille, Sonnencreme, evt. Lippencreme, Kappe oder Sonnenhut
warme Haube und warme Handschuhe

Übernachtung: Jogginghose und Schlafleibchen oder warmer Pyjama
Hüttenschlafsack, ein dünner Tuchentüberzug ist auch geeignet
evt. Schlapfen für die Hütte, (auf den Hütten gibt es zwar oft Hüttenschlapfen, aber die sind oft ungeschmackig)
Toilettzeugs und erf. Hygieneartikel, Handtuch (Waschmöglichkeit auf der Hütte ist vorhanden, keine Dusche möglich)
evt. Ohropax (wir schlafen in einem Lager, da ist es nicht immer ganz still)
Die ganze Schlafbekleidung in einen Plastiksack einpacken.

Verpflegung: für drei Jausen. Etwas Obst, Trockenfrüchte, Müsliriegel, Fruchtschnitten, Schokolade, evt. Traubenzucker
Getränke mind. 2 Liter pro Person
Getränke können auf den Hütten nachgekauft werden.

Sonstiges: optische Brille (evt. Ersatzbrille), bzw. Linsen
Wanderstöcke (unbedingt erforderlich)
Handy (vollständig geladen), evt. Zusatzakku
Zugticket (bitte nur das Hinfahtticket im Vorverkauf erwerben)
Ausweis, Sozialversicherungskarte, ÖBB Ermässigungskarte
evt. Mitgliedsausweis bei einem alpinen Verein (ohne gibt es keine Hüttenermässigung)
Bargeld für Busfahrten (ca. 15€) Übernachtung (ca.50€)
Persönliche Medikamente
evt. Fotoapparat, Akku geladen und Platz auf der Speicherkarte