

Ausrüstungsliste: Wanderung zweitägig

Wanderschuhe: hoch über die Knöchel reichend mit Profilsohle

Hiking Shoes: ankle boots for hiking

Rucksack: wenn vorhanden mit Hüftgurt. Fassungsvermögen von ca. 30-40 Liter sollte ausreichen, evt. mit Regenschutzhülle

Backpack: hipbelt and rain protection recommended, capacity 30-40 Liter,

Bekleidung:	Hose evt. abzippbare Hose, evt. Ersatzhose Hemd oder Leibchen für 2 Tage bequeme Unterwäsche und Sportsocken für 2 Tage warme Jacke <i>Die ganze Ersatzbekleidung in einen Plastiksack packen.</i>	hiking trousers and shorts, potentially alternate trousers shirts for 2 days underwear and socks for 2 days warm jacket <i>put all the clothes in a plastic bag</i>
-------------	--	---

Wetterschutz:	Regenjacke oder Regenponcho <i>Bitte keine Schirme</i> Sonnenbrille, Sonnencreme, evt. Lippencreme Kappe oder Sonnenhut warme Haube und warme Handschuhe	rainjacket or rainponcho <i>umbrellas are not reasonable</i> sunclasses, sun cream, potentially lip balm sunhat or cap warm bonnet and warm gloves
---------------	--	--

Übernachtung:	Kleidung für Übernachtung Hüttenschlafsack evt. Hüttenschlafpfen Toilettzeugs und erf. Hygieneartikel	clothes for the night thin sleeping bag potentially slipper toiletry
---------------	--	---

Verpflegung: Food:	für zwei Jausen: Etwas Obst, Trockenfrüchte, Müsliriegel, Fruchtschnitten, Schokolade, evt. Traubenzucker for two breaks: fruits, dry fruit, cereal bars, fruit bars, bar of chocolate, potentially dextrose antialkoholische Getränke mind. 1,5 Liter non alcoholic beverage min. 1,5 Liter	
-----------------------	---	--

Sonstiges:	optische Brille (evt. Ersatzbrille), bzw. Linsen Wanderstöcke Handy (vollständig geladen) evt. Zusatzakku (auf der Hütte gibt es kaum Lademöglichkeit) Ausweis, Sozialversicherungskarte, ÖBB Vorteils card Mitgliedsausweis bei einem alpinen Verein Bargeld für Übernachtungen und Verpflegung(ca. 100€) Persönliche Medikamente Fotoapparat	glasses hiking poles mobile phone portable battery ID card, insurance card, ÖBB Card alpine club card cash money (about 100€) pharmaceuticals Camera
------------	---	--