



**Obsi druis Peter Gasser**

### **Ausrüstung 1 Tagestour Sommer**

Rucksack ca. 25L

Wander- /Trekking- /Bergschuhe die über die Knöchel reichen mit guter Sohle

Wanderhose, T-Shirt/Hemd, leichte Jacke

Wechsel T-Shirt, ggf. warme Kleider

Regenschutz, Sonnenschutz: Creme, Brille, Hut.

Zwischenverpflegung für 1 Tag. Genug zum Trinken für 1 Tag

Pers. Apotheke, Handy aufgeladen

Ausweise (SAC, Halbtax, Rega, ID) Geld

ggf. Wanderstöcke, Feldstecher, Sackmesser

### **Ausrüstung Mehrtagestouren Sommer**

Rucksack ca. 30-40L

Wander- /Trekking-./Bergschuhe die über die Knöchel reichen mit guter Sohle

Wanderhose, T-Shirt/Hemd leichte Jacke

Wechsel T-Shirts, Unterwäsche, zweites Paar Socken

am besten in einem Plastiksack verpackt

Regenschutz, Sonnenschutz: Creme, Brille, ev. Hut, Stirnband

Zwischenverpflegung für Mehrere Tage. Genug zum Trinken für 1 Tag

ggf. Wanderstöcke, Sackmesser, Feldstecher,

Seidenschlafsack, , Toilettenartikel, Oropax, ev.Stirnlampe

pers. Apotheke, Handy aufgeladen mit Ladekabel (nicht überall möglich zum laden)

Ausweise (SAC, Halbtax, Rega, ID) Geld