

# **Bergschule Oberallgäu**

87545 Burgberg Edelweißstraße 5  
Tel: 08321 / 4953 Fax: 08321 / 81956  
www.alpinschule.de info@alpinschule.de

## **Ausrüstungsliste für Wanderprogramme:**

**z.B. Bozen nach Trient, Trient nach Verona, Steinbocktour, Heilbronner-Weg, Lechtaler Alpen, Dolomiten , etc.**

Liebe Teilnehmer;

In den Kästchen können Sie zu Ihrer Kontrolle „abhaken“, was Sie schon eingepackt haben.

- Tourenrucksack mit Regenhülle (ca. 35-45 Liter, Gesamtgewicht ca. 10 KG). Bei kürzeren Touren z.B. Heilbronner Weg dementsprechend kleiner.
- Bergstiefel mit fester Profilgummisohle (mindestens knöchelhoher Schaft !!, Kategorie 4 bzw. B oder B/C) Bitte beachten Sie unseren Bergschuh- und Ausrüstungs Check auf unserer Homepage [www.alpinschule.de](http://www.alpinschule.de).
- Pullover Jacke (Softshell oder Fleece)
- Anorak (möglichst Gore Tex) als Regen und Kälteschutz
- Überhose (Regenhose)
- Lange tourengereignete Hose
- Reservewäsche
- Strümpfe bzw. Socken für Bergstiefel
- Leichte Freizeitschuhe
- Kleidung für Hütte, Gasthof, Hotel
- Geld: Euro, SFR (nur für Walserweg)
- Personalausweis
- Warme Mütze und Handschuhe
- Sonnenschutz (Mütze und Creme), eventuell Mückenschutzmittel
- Sonnenbrille
- Trinkflasche
- Waschset mit kleinem Handtuch (Handtuch wird nicht für Alpenüberquerung: Komfort, Bozen – Trient sowie Hotelwanderwochen)
- Rucksackapotheke (Verbandzeug) sowie Blasenpflaster (Compeed)
- Persönlich benötigte Medikamente, Magnesiumpulver oder Tabletten (bei Bedarf)
- Regenschutz, Regenschirm
- Hüttenschlafsack (**nicht** für die Tour: Bozen – Trient und Hotelwanderwochen)
- Snacks für Unterwegs: Müsliriegel, Nüsse, etc.
- Kleine Taschenlampe bzw. Stirnlampe für die Trient-Verona Tour (inkl. 50 Plus)
- evtl. Mückenspray, je nach Region

