

Kategorie	Equipment	Anzahl	besorgt	gepackt
Auto	Führerschein			
Bekleidung, Körper	T-Shirts, Hemd			
Bekleidung, Körper	Funktionsunterhemd langarm			
Bekleidung, Körper	leichte Berghose (Trekkinghose)			
Bekleidung, Körper	Gürtel oder Hosenträger			
Bekleidung, Körper	Pullover oder Weste			
Bekleidung, Körper	Fliesjacke od. dgl.			
Bekleidung, Körper	Unterhosen, normal			
Bekleidung, Körper	Unterhemd			
Bekleidung, Körper	Goretex Jacke, Regenjacke			
Bekleidung, Körper	Goretex Überhose, Regenhose			
Bekleidung, Körper	Badesachen			
Bekleidung, Körper	Unterwäsche			
Bekleidung, Körper	Schlafbekleidung			
Beleuchtung	Stirnlampe			
Beleuchtung	kl. Stabtaschenlampe			
Beleuchtung	Reservebatterien (1 pro Woche) & -glühlampe			
Füße	Socken			
Füße	Bergsocken u/od -stutzen			
Füße	feste Wanderschuhe			
Füße	leichte Wanderschuhe			
Füße	Schuhpflegemittel			
Füße	Sandalen			
Hände	Handschuhe u/od Fäustlinge (2 Paar)			
Hygiene	Waschmittel			
Hygiene	Wäscheleine, Klammern			
Hygiene	Zahnbürste und Zahnpasta			
Hygiene	Rasierer (Spiegel)			
Hygiene	Flüssigseife, Duschgel			
Hygiene	Schampoo			
Hygiene	Waschlappen			
Hygiene	Handtücher			
Hygiene	Nagelschere			
Hygiene	Kamm od. Bürste			
Hygiene	Sonnencreme			
Hygiene	Lippenschutz (Lippenstift)			
Hygiene	Hautcreme (After Sun, Labisan, Nivea od. äh.)			
Hygiene	Monatshygiene			
Kanufahren	Seesack Wasserdicht			
Kopf	Kappe od. Sonnenhut, Mütze			
Kopf	Sonnenbrille			
Kopf	Halstuch			
Küchenausstattung	Wasserkaraffe (faltbar)			
Küchenausstattung	Wasserentkeimung (Filter / Tabletten)			
Küchenausstattung	Dosenöffner, Korkezieher			
Küchenausstattung	Gaskocher			
Küchenausstattung	Kochgeschirr Topf, Pfanne			

Kategorie	Equipment	Anzahl	besorgt	gepackt
Küchenausstattung	Eßbesteck			
Küchenausstattung	Teller			
Küchenausstattung	Becher			
Küchenausstattung	Kochbuch / Notizbuch			
Küchenausstattung	Trinkflasche			
Küchenausstattung	Wasserbeutel / Trinkblase			
Küchenausstattung	Schwamm / Lappen / Geschirrtücher			
Reise, Sightseeing	Stützstrümpfe (Flugzeug) / Thrombosespritzen			
Reise, Sightseeing	Ausweise (Reisepaß (gültig?), Dokumente (Visum), Flugtickets und Kopien (!) davon			
Reise, Sightseeing	Versicherungen (Kranken, Gebäcks, Storno)			
Reise, Sightseeing	Leichte Hose			
Reise, Sightseeing	T-Shirts			
Reise, Sightseeing	Pullover			
Reise, Sightseeing	Roadbook / Wörterbuch			
Reise, Sightseeing	Karten / Gebietsführer			
Reise, Sightseeing	Kreditkarten			
Reise, Sightseeing	Stromadapter			
Reise, Sightseeing	Dokumentenbeutel (wasserdicht)			
Reise, Sightseeing	AAA Card/ÖAMTC, sonstige Vergünstigungen			
Reise, Sightseeing	Calling Card, ekit			
Reise, Sightseeing	Geld, ev. Reiseschecks			
Reise, Sightseeing	Geldgürtel, Hüfttasche			
Schlafen	Biwaksack			
Schlafen	Schlafsack			
Schlafen	Isomatten			
Schlafen	Isomatte Reparaturset			
Schlafen	Zelt			
Sonstiges	Tagebuch / Notizblock			
Sonstiges	Lesestoff			
Sonstiges	Plastiksack (stabil), Packbeutel			
Sonstiges	Schreibzeug			
Survivalkit	Feuerzeug, Zündhölzer (wasserfest, sturm)			
Survivalkit	Nähzeug, Sicherheitsnadeln,			
Survivalkit	kl. Verbandszeug (Apotheke), Rettungsdecke			
Technische Ausrüstung	Walkman, Diktiergerät			
Technische Ausrüstung	Fotoapparat, Filme, Filter (Pol,...), Blitz			
Technische Ausrüstung	Seesack (Wasserdicht) <10l (für Kamera)			
Technische Ausrüstung	GPS			
Technische Ausrüstung	Wecker			
Technische Ausrüstung	Teleskopstöcke			
Technische Ausrüstung	Fotostativ			
Technische Ausrüstung	Feldstecher / Fernglas			
Technische Ausrüstung	Ladegeräte (div.) / Batterien			
Transportausrüstung	Rucksack			
Transportausrüstung	Rucksack, ca 40-50 Liter			
Transportausrüstung	Rucksack-Regenhülle / Rucksackhülle			

Kategorie	Equipment	Anzahl	besorgt	gepackt
Verbandszeug/Erste Hilfe	Leucoplast			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Blasenpflaster			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Schere, Rasierklinge, Pinzette			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Pflaster (Heft, Klammer, gepolstert,..)			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Mullbinden, Kompressen,			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Desinfektionsmittel (Betaisodona)			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Latexhandschuhe			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Schmerzmittel, Abwehrmittel, Erkältungsmittel,..			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Rescue			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Salbe für Prellungen / Stauchungen			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Gel gegen Insektenstiche und leichte Verbrennungen			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Heilsalbe			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Rettungsdecke			
Verbandszeug/Erste Hilfe	Dreieckstuch			
Verbandszeug/Erste Hilfe	sterile Fettgaze (für große Schürf / Brandwunden)			
Werkzeug & Zubehör	Taschenmesser			
Werkzeug & Zubehör	Axt			
Werkzeug & Zubehör	Säge (Klappsäge)			
Werkzeug & Zubehör	Werkzeug / Reparaturset			
Werkzeug & Zubehör	Klebeband / Superkleber			