

Packliste für Schweiz (14 Tage)

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)
Am Körper	Summe Gewicht am Körper	(ohne Rucksack)	2.857	
	Wanderschuhe	Lowa Ferrox GTX Mid	900	
	Wandersocken	Falke TK5	49	
	Wanderhose, lang (Zipper)	Gamsbokk, MountainHigh ZIPPOFF	733	
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo Slip	35	
	Shirt	Gamsbokk, Dry Light	130	
	Gürtel	Jack Wolfskin	75	
	Trekkingstöcke	Gabel (2 Stück)	500	
	Uhr	Tissot T-Touch	88	
	Smartphone	Fairphone 2	168	
	Kappe	Salewo	54	
	Geldbörse	Geld, Ausweis, Kreditkarte, Bahncard	100	
	Taschentücher	10-Stück	25	

im Rucksack Summe Gewicht im Rucksack (inkl. Rucksack)

8.408

Rucksack	Rucksack	Deuter Act Trail 24	1.100	13,1%	
Kleidung	Summe		2.951	35,1%	
	Regenjacke, -hose	im Beutel	570	19,3%	ok
	Kleidersack	im Beutel: Merinounerwäsche (Odlo), 2 Shirts, 1 Langarm-Shirt, 2 Unterhosen	1.230	41,7%	ok
	Schuhe	Sandalen im Beutel	375	12,7%	ok
	Handtuch		108	3,7%	ok
	Fleeceweste	Waveboard	288	9,8%	ok
	Fleecejacke	Waveboard	380	12,9%	ok
Übernachtung	Summe		20	0,2%	
	Stirnlampe	Nitecore T360	20	100,0%	ok
Kochen	Summe		648	7,7%	
	Kochset	Buschbox, Esbit	502	77,5%	ok
	Becher		146	22,5%	ok
Verpflegung	Summe		2.557	30,4%	
	Verpflegung	im Beutel, Titanlöffel, Messer, Feuerzeug	629	24,6%	ok
	Trockennahrung		420	16,4%	ok
	Wasser	1 Nagene mit 1l Wasser gefüllt	1.166	45,6%	ok
	Snacks	im Beutel	342	13,4%	ok
Navigation	Summe		200	2,4%	
	Strom	Powerbank, Ladegerät+ Kabel, Kopfhörer	200	100,0%	
Körperpflege	Summe		466	5,5%	
	Kulturtasche	mit Inhalt	417	89,5%	ok
Sonstiges	Summe		466	5,5%	
	Erste Hilfe	Pflaster	92	19,7%	ok
	Brillenetui	leer	55	11,8%	ok
	Kleinkrambeutel	Stift, Tagebüchlein, Taschentücher, Wäscheleine, Wäscheklammern, Toilettpapier, Blasenpflaster	279	59,9%	ok
	Sitzkissen	Unterlage Rucksack etc.)	40	59,9%	ok