

Packliste für Dänemark, Etappe 3 (7 Tage)

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)
Am Körper	Summe Gewicht am Körper	(ohne Rucksack)	3.506	
	Wanderschuhe	Hanweg Canyon Wide	1.260	
	Wandersocken	Falke TK2	67	
	Wanderhose, lang (Zipper)	Gamsbokk	733	
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo Slip	35	
	Shirt	Gamsbokk, Dry Light	130	
	Fleecejacke	Waveboard	380	
	Mütze	thoni mara	52	
	Schal	Buff	40	
	Gürtel	Jack Wolfskin	75	
	Trekkingstöcke	Gabel (1 Stück)	250	
	Uhr	Tissot T-Touch	88	
	Smartphone	Fairphone 2	168	
	Tasche für Smartphone	Witz Smartphone Locker	113	
	Hut (gegen Sonne)	Salewo	90	
	Taschentücher	10-Stück	25	

im Rucksack **Summe Gewicht im Rucksack (inkl. Rucksack) 13.492**

Rucksack	Rucksack	Deuter Act Lite 40+10	1.670	12,4%	
Kleidung	Summe		1.809	13,4%	
	Regenjacke	Waveboard	678	37,5%	ok
	Shirt	Gamsbokk, Dry Light	130	7,2%	ok
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo, 2 Paar	70	3,9%	ok
	Paar Wandersocken	Falke TK2	68	3,8%	ok
	Paar Wandersocken	Falke TK5	49	2,7%	ok
	Fleeceweste	Waveboard	288	15,9%	ok
	Regenhose	Rainlegs Beinschützer	133	7,4%	ok
	Merionunterwäsche (lang) für Nachts)	Icebreaker 200er	393	21,7%	ok
Übernachtung	Summe		2.626	19,5%	
	Zelt (ohne Zeltstangen)	Tarptent Notch	800	30,5%	ok
	Zeltstangen		224	8,5%	ok
	Zeltunterlage	Tarptent Tyvek® Groundsheet	122	4,6%	ok
	Heringe	4+4	84	3,2%	ok
	Sack	Friluft Tent Pole Bag	40	1,5%	ok
	Isomatte	Synmat UL 7M (mit Packsack)	470	17,9%	ok
	Pumpsack	SeaToSummit Airstream, 20l	48	1,8%	ok
	Schlafsack	Cumulus 300 mit Packsack	671	25,6%	ok
	Kopfkissen	(zum Ausstopfen)	100	3,8%	ok
	Wäscheleine		47	1,8%	ok
	Stirnlampe	Nitecore T360	20	0,8%	ok
Kochen	Summe		1.487	11,0%	
	Gaskocher	SOTO Amicus	72	4,8%	ok
	Topf etc	GSI Glacier Stainless Minimalist	215	14,5%	ok
	2. Topf/Becher	GSI Glacier Bottle Cup, 05l	140	100,0%	ok
	Gaskartusche	Primus Sommergas, 1x230g	370	24,9%	ok
	Hobo	Bushbox Essential	260	185,7%	ok
	Besteck	Esbit Titanbesteck	54	3,6%	ok
	Taschenmesser	Schweizer Messer	144	9,7%	ok
	Trinkflasche 2x 1l	Nalgene Everyday Weithals 1l	180	12,1%	ok
	Feuerzeug	V-Fire Easy Torch Outdoor	37	2,5%	ok
	Ersatzfeuerzeug		15	1,0%	ok

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)	
Verpflegung	Summe		4.238	31,4%	
	Energieriegel	6 Stk.	550	13,0%	ok
	Wasser	1l im Mittel	2.000	47,2%	ok
	Packbeutel		63	1,5%	ok
	Packbeutel	Sea to Summit	14	0,3%	ok
	Outdoor Essen	Trek'n Eat (2x)	320	7,6%	ok
	Nüsse		150	3,5%	ok
	Teebeutel	6 Stk.	20	0,5%	ok
	Vitamintabletten + Zahntabletten	6 Vitamintab., 12 Zahntabl.	13	0,3%	ok
	Frühstück	Müsli	400	9,4%	ok
	Tütensuppen	6x	130	3,1%	ok
	Couscus	für 2 Mahlzeiten	311	7,3%	ok
	Tomatencremsuppe	1,5 Tüten	235	5,5%	ok
	Kaffeepulver		32	0,8%	ok
Navigation	Summe		458	3,4%	
	SolarLadegerät+Powerbank	Clicc W1500+ Powerbank 5000mAh	403	88,0%	ok
	Kabel+Ladegerät	Ladegerät+ Kabel, Kopfhörer	55	12,0%	ok
Körperpflege	Summe		380	2,8%	
	Kulturtasche		115	30,3%	ok
	Rasierzeug	Einmalrasierer	10	2,6%	ok
	Zahnbürste		12	3,2%	ok
	Biologisch abbaubare Seife	Dr. Bronner Magic Soup, Eukalyptus	83	21,8%	ok
	Sonnencreme	Budni	60	15,8%	ok
	Kamm		12	3,2%	ok
	Feuchtigkeitscreme	Nivea Men	24	6,3%	ok
	Hirschtalgcreme		60	15,8%	ok
	Nagelfeile		4	1,1%	ok
Sonstiges	Summe		824	6,1%	
	Regenhaube für Rucksack		92	5,1%	ok
	Erste Hilfe	Pflaster	97	11,8%	ok
	Geldbörse	Geld, Ausweis, Kreditkarte, Bahncard	100	12,1%	ok
	Wäscheklammern	Ortec, 12 Stk.	20	2,4%	ok
	Taschentücher	4 Packungen (20g/Stk.)	80	9,7%	ok
	Abfallbeutel		10	1,2%	ok
	Kloppapier		34	4,1%	ok
	Schaufel		48	5,8%	ok
	Kleinkrambeutel	Stift, Tagebüchlein, Reparaturset, Kerze, Schnürsenkel, Desinfektionstücher, 2. Ladekabel, 2. Ladegerät	230	27,9%	ok
	Fleecehandtuch		20	2,4%	ok
	Plastiktüte		53	6,4%	ok
	Sitzkissen	Unterlage Rucksack etc.)	40	4,9%	ok