

## Packliste Hüttentour & Alpenüberquerung

### Wandern von Hütte zu Hütte ohne Zelt



Kleidung	Gewicht	Funktion & Tipps
3x Funktionsunterhosen (schnell trocknend)		Zwischendurch einfach waschen
1 Sport-BH (für Frauen)		
1 Lange Funktionsunterhose (Merino)		Für kalte Tage & kalte Hütten
1 kurze Hose		Für die Hütte, warme Tage, zum schlafen
2 kurze Funktionshemden (Merino)		Eins zum wandern, eins zum schlafen/wechseln
1 langes Funktionshemd (Merino)		
1 Fleecepullover oder Kunstfaserpullover		
1 Wanderhose / Wanderleggings		
1 Hardshell-/Regenjacke		
1 Regenhose		
2 Paar Funktionssocken		
Handschuhe		Auch im Sommer kann es in den Bergen schneien
Buff / Halstuch		
<b>Wanderausrüstung</b>		
Rucksack (35-40l)		
Rucksack Regenhülle oder Inlay (einfacher Müllsack)		
Wanderstiefel / Trailrunningschuhe (je nach Terrain und Vorliebe)		
Teleskopstöcke		Schützt die Knie und stabilisiert
<b>Sicherheit, Navigation, Dokumente</b>		
Karte, Kompass, GPS Gerät, Wanderführer		
Notfallpfeife		
Handy & Ladegerät		
Erste Hilfe Set (Ibuprofen, Paracetamol, Imodium, Pflaster, Tape, Wundreinigungstuch, Sicherheitsnadel) im Zip-Lock Beutel		Ohne Kartons/Verpackung, Gebrauchsanweisung vorher studieren oder abfotografieren
Stirnlampe mit vollen Akkus		
Fotoapparat, Speicherkarte, Ladegerät		
Mini-Portemonnaie oder Zip-Lock Beutel		
Bargeld, Kredit-/EC Karte, Personalausweis, DAV Ausweis, Impfpass		Auf Hütten geht oft nur Barzahlung
Notfall-Biwaksack		
Wasserdichter Beutel für alle elektronischen Geräte und Papiere		Schutz vor Staub & Nässe
<b>Kosmetik &amp; Sonstiges</b>		
Zip-Lock Gefrierbeutel für Kosmetika		
Kleine Sonnencreme		
festes Shampoo (z.B. von Lush) oder sehr konzentriertes Shampoo		Für Körper, Haare und Kleidung nutzen
Zahnbürste, Zahnpasta, Zahnseide		
Deo		
evtl. Tampons oder Menstruationstasse		
Kleines Mikrofaserhandtuch		
Ohrstöpsel		
Hüttenschlafsack		
Toilettenpapier		
Blasenpflaster / Tape		
kleines Taschenmesser		
Kleiner Müllbeutel (Müll immer mitnehmen)		
Leichte Sandalen / Flip Flops / Crocs für die Hütte		
Sonnenbrille & leichte Hülle		
<b>Verpflegung</b>		
Trinkflaschen oder Trinkblase, 2l Fassungsvermögen		
Proviant für den Tag: Brotzeit, Obst, Energieriegel, Nüsse, getrocknetes Obst		
Glücklichmacher in Form von Schokolade oder Gummibärchen		
<b>Gesamtgewicht</b>		<b>0</b>
<b>Extras (nicht notwendig aber nice to have)</b>		
Kindle (ohne schwere Hülle! Mit Luftpolsterfolie schützen)		Falls ihr länger unterwegs seid
Kopfhörer & Musik auf dem Handy oder MP3 Player		Damit geht mancher steiler Anstieg einfacher
Powerbank		Auf Hütten sind Steckdosen rar
Taschentücher		
kleiner Kamm, Haarklammern		
Nagelschere		Bei längeren Touren wichtig
Bepanthen Wundsalbe		Perfekt bei kleinen Wunden, spröden Lippen...
Multivitamin-tabletten		Für etwas Geschmack im Wasser & Vitamine
Armbanduhr		
Mütze		
<b>Gewicht Extras</b>		<b>0</b>