

# Ausrüstungsliste für „Wandern“



## Persönliche Ausrüstung:

<input type="checkbox"/> Stabiler Berg- oder Treckingschuh	<input type="checkbox"/> Evtl. Gamaschen
<input type="checkbox"/> Rucksack ca. 45-55 l mit Regenhülle	<input type="checkbox"/> Teleskopstöcke
<input type="checkbox"/> Alpinkleidung mit ausreichendem Wärme- und Näscheschutz	<input type="checkbox"/> Sonnenkappe / Mütze / Halstuch / Handschuhe
<input type="checkbox"/> Erste-Hilfe-Material + Blasenpflaster	<input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente (Info an Kursleitung, sofern notwendig!)
<input type="checkbox"/> Sonnenschutz für Haut & Lippen Ggfls. Gletscherbrille	<input type="checkbox"/> Verpflegung für Tagestouren
<input type="checkbox"/> Trink-/Thermosflasche (bruchfest)	<input type="checkbox"/> 2-Personen Biwaksack
<input type="checkbox"/> Trinksystem für Rucksack	<input type="checkbox"/>

## Nützlich / Zusätzliches:

<input type="checkbox"/> Hüttenschuhe	<input type="checkbox"/> Stirnlampe & Ersatzbatterien
<input type="checkbox"/> Schlafsack / Hüttenschlafsack	<input type="checkbox"/> Reisepass oder Personalausweis DAV -Ausweis
<input type="checkbox"/> Gebietsführer & Karten	<input type="checkbox"/>

## Literaturempfehlung:

<input type="checkbox"/> Alpin-Lehrplan Band 1: Bergwandern – Trekking	<input type="checkbox"/> Alpin-Lehrplan Band 6: Wetter und Orientierung
---	--

## Hinweise:

Bitte achten Sie unbedingt darauf, dass Ihre persönliche Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt und nach den allgemein gültigen PSA-Empfehlungen regelmäßig überprüft wird.

## Geschäftsstelle für Materialverleih:

Krämerstr. 8, 63450 Hanau  
Tel.: 06181 / 25 70 71  
E-Mail: [verwaltung@dav-hanau.de](mailto:verwaltung@dav-hanau.de)

## Öffnungszeiten:

Dienstag: 10:00 bis 13:00 Uhr  
Donnerstag: 15:00 bis 18:00 Uhr