

CHECK-LISTE



TOP-HERSTELLER STELLEN IHNEN AUF DEM GIPFELTREFFEN DIE AUSTRÜSTUNG. WORAN SIE SELBER DENKEN SOLLTEN, STEHT HIER.

Die folgenden zwei Checklisten sind eine Aufstellung aller Gegenstände und Dokumente, die Sie beim Gipfeltreffen unbedingt dabei haben sollten. Alles, was Sie schon vorbereitet oder eingepackt haben, können Sie gleich in den Kästchen abhaken. Die erste Liste ist Ihre allgemeine Urlaubscheckliste, und die zweite Liste umfasst Ihre private, eventuell schon vorhandene Sportausrüstung.

Ihre Packliste für den Urlaub

- Rucksack
- Trekkingstöcke**
- Trekkingchuhe mit guter Profilsohle, knöchelhoch und gut eingelaufen
- Outdoor-Socken
- Funktionsunterwäsche
- bequeme Outdoor-Bekleidung (warme Jacke für die Abendveranstaltungen)
- Wetterschutz-Bekleidung, Regenhülle für Rucksack
- Kopfbedeckung gegen Sonne und Kälte
- Sonnencreme, Lippenbalsam, Sonnenbrille
- Toilettenartikel
- 1-Liter-Trink- oder -Thermosflasche, Brotzeitbox
- Stirn- oder Taschenlampe, Taschenmesser
- Erste-Hilfe-Set, persönliche Medikamente
- Reisewecker
- Brillenträger: Ersatzbrille imbruchfesten Etui
- Dokumente: Personalausweis, Hotelvoucher, Rechnung, Buchungsbestätigung
- Fleece-Handschuhe
- Handy und Fotoapparat oder Digitalkamera

Ihre Packliste für den Outdoor-Sport

TOUR 1, 2, 3, 4, 5 und 11-13:

Wanderaktivitäten

- Wechselwäsche
- Handschuhe
- Mütze

TOUR 6 und 7: Nordic Walking

- bequeme Sportkleidung

TOUR 8, 9, 10: Alpine Aktivitäten

- Klettersteighandschuhe, Mütze
- Wechselwäsche

TOUR 14 und 15: Schlucht/Canyoning

- knöchelhohe Schuhe mit gutem Profil, die nass werden dürfen**
- Handtuch
- Badebekleidung

TOUR 16, 17 und 18: Mountainbike

- Radhose + Trikot
- Fahrradhandschuhe
- Fahrradhelm
- Trinkflasche



ACHTUNG: Viele der angegebenen Ausrüstungsteile finden Sie vor Ort auch als Testmaterial. Trotzdem sollten Sie die empfohlene persönliche Ausrüstung mitbringen, und zwar für den Fall, dass benötigte Ausrüstung, Schuhe oder Kleidung ausgerechnet in Ihrer Größe für den Tag bereits vergeben sein sollten.

Anmeldung

Neugierig geworden? Dann melden Sie sich doch gleich zum Gipfeltreffen 2010 an. Das Anmeldeformular dafür steht auf Seite 11. Einfach ausfüllen, heraustrennen und faxen!