

Checkliste

West-Highland-Way

EQUIPMENT

- Rucksack
- Zelt
- Regenschutz für den Rucksack
- Schlafsack (und Kissen)
- Isomatte
- Taschenmesser / Multitool
- Kordel
- Hammer und Zange (falls nicht im Multitool)
- Schaufel
- Trekkingstöcke
- Tüten und Beutel
- Ohrstöpsel
- Stirnlampe

KOCHEN UND ESSEN

- Feuerzeug / Feuerstab
- Kochtopf
- Campingbesteck
- Essen für die ersten Tag
- Gas- oder Spirituskocher
- Wasserflasche(n) oder Beutel

Bitte bedenken, dass Gaskartuschen und Spiritus im Flugzeug nicht transportiert werden dürfen!

KLEIDUNG UND WÄSCHE

- Wanderschuhe - unbedingt wasserdicht
- Handtuch
- Wandersocken
- Regenjacke
- Regenhose
- Gamaschen
- Unterwäsche
- Hose mit abtrennbaren Beinen
- Leggings/Jogginghose für abends/nachts
- Fleecepullover
- leichte Schuhe / Flip Flops oder Badelatschen
- T-Shirts / Funktionsshirts (entscheide selbst, wie viele! Auch abhängig von der Jahreszeit)
- Mütze / Stirnband / Cap

TECHNIK

- Ladekabel (Handy, Kamera etc.)
- Ersatzakkus (bspw. für die Kamera)
- Powerbank
- Handy
- zusätzlicher Speicher für die Kamera
- Kameratasche inkl. Regenschutz
- Brillenputztuch - für Brille und Kamera nützlich (Microfaser)
- evtl. GPS-Gerät (hatte ich nicht)

ERSTE HILFE UND HYGIENE

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Brille und Brillenetui | <input type="checkbox"/> ErsteHilfe-Set, Pflaster etc. |
| <input type="checkbox"/> Kontaktlinsen und Pflegemittel in Reisegröße | <input type="checkbox"/> Schmerztabletten |
| <input type="checkbox"/> Klopapier | <input type="checkbox"/> Kohletabletten |
| <input type="checkbox"/> Seife, Shampoo, Spülmittel | <input type="checkbox"/> Pinzette |
| <input type="checkbox"/> Zahnpflege | <input type="checkbox"/> nobite / smidge |
| <input type="checkbox"/> Haarbürste | <input type="checkbox"/> Magnesiumtabletten |
| <input type="checkbox"/> Haargummis | <input type="checkbox"/> (Deospray) |

PAPIERKRAM

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Reisepass / Personalausweis | <input type="checkbox"/> Geldbeutel |
| <input type="checkbox"/> ggf. Flugtickets | <input type="checkbox"/> Bargeld |
| <input type="checkbox"/> Unterlagen Reiseversicherung | <input type="checkbox"/> Reisetagebuch + Stift(e) |
| <input type="checkbox"/> Versichertenkarte | <input type="checkbox"/> ggf. Kreditkarte |
| <input type="checkbox"/> Reiseführer, Wanderkarte | |

NOTIZEN

Hier hast Du Platz für Deine Ergänzungen!