

## Die Packliste – [www.outdoorfamilie.de](http://www.outdoorfamilie.de)

Mit	OK		Gewicht	
		<b>Wandern</b>		
		<a href="#">Rucksack</a>	2000 g	
		<a href="#">Kinderrucksack</a>	400 g	**
		<a href="#">Rucksack-Regenschutz</a>	200 g	
		<a href="#">Wasserdichte Packsäcke</a>	200 g	
		<a href="#">Wanderkarten</a>	100 g	
		<a href="#">Kompass</a>	50 g	
		<a href="#">Stirnlampe mit Batterien</a>	100 g	
		<a href="#">Taschenmesser</a>	150 g	
		<a href="#">Höhenmesser (Uhr)</a>	50 g	**
		<a href="#">GPS</a>	200 g	**
		<a href="#">Biwaksack</a>	200 g – 500 g	**
		<a href="#">Wanderstöcke</a>	500 g	**
		<a href="#">Hüttenschlafsack</a>	60 g	**
		<a href="#">Müllbeutel</a>	10 g	
		<b>Kleidung, pro Person</b>		
		<a href="#">Regenjacke</a>	600 g	
		Regenhose	300 g	
		<a href="#">Gamaschen</a>	300 g	**
		<a href="#">Wanderschuhe</a>	2000 g	XX
		Trekking-/Wanderhose	300 g	XX
		Jacke/Pullover	500 g	XX
		T-Shirt(s) / <a href="#">Body(s)</a>	150 g	XX+
		<a href="#">Wandersocken</a>	100 g	XX+
		Unterwäsche	50 g	XX+
		Daunenjacke	450 g	**
		Handschuhe	100-400 g	**
		Mütze / <a href="#">Sturmhaube (auch für Kinder)</a>	100 g	**
		Leggins, lange Unterhose	150 g	**
		Sonnenhut	150 g	**
		Sandalen	600 g	**
		Badesachen	250 g	**

	<b>Camping-Küche</b>		
	<u>Campingkocher und Brennstoff, Topf</u>	1000 g	**
	<u>Feuerzeug, nicht piezo</u>	30 g	**
	<u>Löffel, Messer</u>	50 g	
	<u>Geschirr, Müsligefäß etc.</u>	100 g	**
	<u>Wasserflaschen</u>	250 g – 5000 g	
	<u>Wasseraufbereitung (Tabletten, Filter etc.)</u>	20 g	**
	<u>Müsliriegel o.ä. für alle Fälle</u>	500 g	
	<u>Nussmischung</u>	500 g	**
	<u>Müsli, Haferbrei</u>	1000 g	**
	<u>Käse, Wurst, Brot</u>	300 g – 1000 g	**
	<u>Fertiggerichte, Suppen</u>	300 – 2000 g	**
	<u>Kekse, Schokolade</u>	250 g	**
	<u>Teebeutel, Kaffee, Brausetabletten o.ä.</u>	100 g	**
	<u>Salz, Gewürze</u>	50 g	**
	<b>Im Zelt übernachten</b>		**
	<u>Zelt, Gestänge, Heringe, Tarp</u>	3000 g – 4000 g	**
	<u>Zeltboden oder Plane</u>	300 g	**
	<u>Isomatte, pro Person</u>	450 g	**
	<u>Schlafsack Erwachsene</u>	1200 g	**
	<u>Schlafsack Kind</u>	700 g	**
	<b>Körperpflege etc.</b>		
	<u>Zahnbürsten, Zahncreme</u>	150 g	
	<u>Mini-Handtuch</u>	20 g	
	<u>Sonnencreme</u>	100 g	
	<u>Erste-Hilfe-Set</u>	250 g	
	<u>Medikamente</u>	50 g	
	<u>Sonnenbrille</u>	100 g	**
	<u>Klopapier</u>	100 g	**
	<u>Kleine Schaufel/Kelle (Klo)</u>	150 g	**
	<u>Rasierzeug</u>	50 g – 200 g	**
	<u>Kleine (Nagel-)Schere</u>	50 g	**
	<u>Kontaktlinsen, Brille</u>	100 g	XX

	<b>Technik</b>		
	<u>Handys</u> (auch für Notfälle)	200 g	
	<u>Kameras</u> , kompakt gut	300 g	**
	<u>EBook-Reader</u> , dünne Bücher	200 g	**
	Ladegeräte, Kabel, 12 V Adapter	100 g	**
	<u>Powerbank</u> , Akkus	100 g – 300 g	**
	Notizbuch	100 g	**
	Kopfhörer	50 g	**
	Ausweise, Mitgliedsausweise, weitere Plastikkarten, Geld	150 g	
	Hausschlüssel, Autoschlüssel	30 g	
	<b>Für Babys und Kleinkinder</b>		**
	<u>Kraxe mit Sonnen- und Regenschutz / Tragerucksack</u>	1000 g – 2500 g	**
	Tragekind	10000 g ?	**
	Windeln	1000 g – 2000 g	**
	<u>Feuchttücher</u>	300 g	**
	Fleece-Overall	100 g	**
	<u>Daunen-Overall / Schneeanzug</u>	200 g	**
	<u>Kleine Kuscheltiere</u>	100 g	**
	<b>Weitere Nettigkeiten</b>		**
	<u>Decke</u>	400 g	**
	<u>Spiele, Bücher</u>	1000 g	**
	<u>Kletterzeug</u>	800 g – 5000 g	**
	Stifte	100 g	**
	<u>Musik</u> / Instrumente	200 g – 3000 g	**
	Pflegeprodukte	300 g	**

\*\* ) optional

xx) teilweise am Körper