

## **Beispiel für eine Ausrüstungsliste**

Hier nun ein Beispiel für eine Ausrüstungsliste. Diese muss je nach Unternehmung den Gegebenheiten angepasst werden:

### **TEILNEHMENDE**

#### **Transport**

- ~ kleiner und/oder großer Rucksack
- ~ Wasserdichte Taschen

#### **Essen**

- ~ Trink- oder Thermosflasche mit Getränk
- ~ kleine Snacks, Picknick
- ~ Teller, Besteck, Becher

#### **Kleidung**

- ~ Regenkleidung (Jacke, Hose, Hut, Schirm)
- ~ Badekleidung (Badehose bzw. – anzug, Badekappe)
- ~ Handschuhe und Mütze
- ~ warme Jacke, Faserpelz oder Pullover
- ~ Turnbekleidung
- ~ pers. Kleidung für ..... Tage (T-Shirts, Pullover, Socken, Unterwäsche, Hosen)
- ~ Trekking- oder Wanderschuhe, Turn- und Hausschuhe

#### **Nacht**

- ~ Schlafsack, Einlage, Isolationsmatte bzw. Bettüberzug für Kissen und Decke sowie Laken
- ~ Pyjama o.ä. Schlafkleidung
- ~ Taschenlampe mit Ersatzbatterien (keine Akkulampe !)

#### **Sicherheit**

- ~ kleine Taschenapotheke (Pflaster, Desinfektionsspray, Mullbinde)
- ~ persönliche Medikamente (falls erforderlich ! ACHTUNG ALLERGIKER !!!)
- ~ Notfallblatt (Stammdaten, wichtige Telefonnummern, Krankenkasse und –karte)
- ~ Sonnenhut, -creme, -brille

### **Weiteres**

- ~ Taschentücher
- ~ Toilettenartikel, Frottiertuch
- ~ Taschenmesser
- ~ Packriemen, Plastiksäcke, alte Zeitung, Schnur, Zündhölzer
- ~ Schreibzeug, Papier
- ~ Liederbücher, Instrument, Spiele, Buch
- ~ Stoffsack für schmutzige Wäsche
- ~ Verbandsausweise, Unterlagen
- ~ Geld, Ausweise

### **GEMEINSAMES (GRUPPEN-) MATERIAL**

- ~ Kochkessel oder Kocher, Kochgeschirr und notwendige Ausrüstung
- ~ Putzmaterial für Kochgeschirr
- ~ Lebensmittel (inkl. Notration)
- ~ Zelte
- ~ Landkarten, Höhenmesser, Kompass (mind. zwei Sets pro Gruppe)
- ~ vollständige Apotheke
- ~ kleines Nähzeug
- ~ Wecker
- ~ WC – Papier

### **LEITUNG**

- ~ Kollektivfahrtscheine, Fahrpläne, Geld
- ~ Unternehmungsunterlagen, Adressliste aller Teilnehmenden