

## Packliste für Ausflüge (Wanderwoche)

- Rucksack ca. 30 lt. mit Regenschutzhülle
- Bergschuhe
- Wanderhose lang und kurz
- Regenschutz (Jacke mit Kapuze – wenn möglich GoreTex)
- Fleecejacke
- Badesachen, Handtuch
- Turnschuhe
- Bequeme Freizeitbekleidung
- Erste-Hilfe-Ausrüstung inkl. Blasenpflaster
- Wasserflasche
- Lunchbox für Mittagessen
- Sonnenschutz: Brille, Creme, Mütze
- Notizbuch, Schreibmaterial
- Bibel (klein, AT und NT)

### Weitere Infos:

Eine Bergung in den Bergen kann in der Schweiz sehr teuer sein! Für CHF 40.- im Jahr kann man Gönner der Flugrettung (Rega) werden, somit wäre eine Bergung gratis. Weitere Infos findet ihr auf folgendem Link:

[https://www.rega.ch/fileadmin/seiteninhalt/3\\_Rega-Goenner/1\\_Goenner\\_werden/Rega\\_Goennerbestimmungen\\_2022\\_DE.pdf](https://www.rega.ch/fileadmin/seiteninhalt/3_Rega-Goenner/1_Goenner_werden/Rega_Goennerbestimmungen_2022_DE.pdf)

Oder beim Deutschen Alpenverein, kann eine Bergungsversicherung abgeschlossen werden:

[https://www.alpenverein.de/dav-services/versicherungen/bergungskosten-unfall-bergunfall-versicherung\\_aid\\_10256.html](https://www.alpenverein.de/dav-services/versicherungen/bergungskosten-unfall-bergunfall-versicherung_aid_10256.html)