



PACKLISTE TREKKINGREISE PERU

TREKKINGAUSRÜSTUNG

- ☐ Isomatte
- ☐ Schlafsack (Komforttemperatur minus – 10 Grad empfehlenswert)
- ☐ Rucksack (ca. 35 Liter)
- ☐ eventuell noch einen kleinen Rucksack zusätzlich
- ☐ Trinkflasche und Thermosflasche
- ☐ Taschenmesser
- ☐ Stirnlampe (besser nicht Akkubetrieben)
- ☐ Erste Hilfe Set
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Teleskopstöcke
- ☐ Sonnenschutz für Haut und Lippen (hoher Schutzfaktor)
- ☐ Ladegeräte für Handy und andere Geräte
- ☐ Feldstecher
- ☐ Leichtsteigeisen und leichten Pickel, 2 Bandschlingen und 2 Schraubkarabiner

PERSÖNLICHE AUSRÜSTUNG

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

BEKLEIDUNG

- ☐ Trekkingschuhe (passend für Leichtsteigeisen)
- ☐ Sandalen
- ☐ Socken
- ☐ Funktionswäsche/Unterwäsche
- ☐ Fleeckjacke -Weste
- ☐ Goretexjacke
- ☐ Daunenjacke
- ☐ Goretex Hose und Goretex Jacke
- ☐ Trekkinghosen (leichte und festere)
- ☐ leichte Überzugshose
- ☐ Mütze
- ☐ Handschuhe
- ☐ Sonnenhut

SONSTIGES

- ☐ Handtuch
- ☐ Toilettentasche (eventuell Sachen in Huaraz kaufen)
- ☐ Aspirin (Brausetabletten)
- ☐ Imodium oder Dergleichen (Durchfall)
- ☐ eventuell Antibiotikum
- ☐ Mikropur (entkeimtes Trinkwasser)
- ☐ dünnes Verbandpflaster
- ☐ Blasenpflaster
- ☐ Reisepass
- ☐ Flugticket
- ☐ Reiseversicherung
- ☐ Dollar- Euroscheine
- ☐ Kredit – Bankomatkarte
- ☐ Notizblock – Kugelschreiber
- ☐ Speck (Vakuum)
- ☐ Schüttelbrot
- ☐ Fruchtetee

