

Vorschlag: Packliste Fischerpfad (PT)

Stand: 15.04.2025

Gepäck → Für Flug: Maximal 1x23kg Freigepäck, 1x8kg Handgepäck (45x36x20cm)
→ Gepäcktransport: Maximal 20kg

- 1 Tagesrucksack ca. 15l
- 1 Koffer oder Reisetasche mit Wanderzyt-Adressetikette beschriftet
- 1 Brustbeutel, Bauch- oder Gürteltasche

Kleidung

- Pflegeleichte T-Shirts, langärmelige Hemden oder Blusen
- Pullover, lange und kurze Hosen
- Warme Allwetterjacke
- Ev. kleiner, leichter Regenschirm (Auch für Wanderung)
- Regenjacke und ev. Regenhosen
- Sonnenbrille
- Badesachen (Hotel stellt Badetücher zur Verfügung)
- Kleider für die Reise, ev. wegen Gewicht Wanderschuhe anziehen
- Kleider für den Abend

Ausrüstung für Wanderungen

- 1 Wasserflasche 1L oder 1,5L
- Leichte, eingelaufene Wanderschuhe (* Hinweis beachten)
- Wanderstöcke mit Teleskop (müssen im Koffer Platz haben)
- Wandersocken
- Badetuch (Mikrofasern) für Baden in Buchten
- Kopfbedeckung Sonnenschutz, Mütze, Halstuch
- Sackmesser (Für den Flug nicht ins Handgepäck nehmen)
- Frischhaltebox für Picknick und Zwischenmahlzeiten
- Ev. kleine Gamaschen, gegen den Sand
- Toilette: WC-Papier und Plastiksäckli (** Hinweis beachten)

* Erfahrungsgemäss kann sich bei Wanderschuhen nach 5 bis 6 Jahren der Kleber lösen, mit dem die Sohlen am Schuh befestigt sind. Bitte vor der Abreise den Zustand der Wanderschuhe prüfen. Je nach eigener Erfahrung sind hohe oder niedrige Wanderschuhe möglich.

** Was tun, wenn du in der Natur aufs WC musst?

Du bist in der Natur unterwegs und plötzlich benötigst du dringend ein stilles Örtchen. Doch weit und breit ist kein WC auffindbar. Ein umweltfreundlicher Toilettengang ist möglich, ein paar Regeln solltest du aber dabei beachten.

→ **Siehe Link:** <https://www.20min.ch/story/tipps-und-tricks-was-tun-wenn-du-in-der-natur-aufs-wc-musst-103102403>

Vorschlag: Packliste Fischerpfad (PT)

Stand:15.04.2025

Hygieneartikel / Kosmetika / Körperschutz

- Hand-Desinfektionsmitteln
- Mückenspray (Antibrumm)
- Zeckenspray (Antibrumm)
- Lippencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Sonnencreme mind. LSF 30 (besser LSF 50)
- Etwas gegen Sonnenbrand

Geld und Dokumente

- Liste wichtiger Adressen und Telefonnummern
- Gültiger Reisepass oder ID → wie bei der Anmeldung angegeben
- Europäische Krankenversicherungskarte
- Fotokopie Reisepass oder ID (getrennt vom Original aufbewahren)
- Bargeld (Euro), Kreditkarten oder Debitkarte
- Eventuell etwas zum Lesen

- Flugtickets (bereitgestellt durch Toni)

Persönliche Apotheke

- Mittel gegen Lippenherpes (für Anfällige)
- Blasenpflaster und andere Pflaster, Wund- und Heilsalbe
- Verbrennung, Insektenstich, Allergien, Fenistil Plus Gel
- Traubenzucker (bei Unterzuckerung)
- Persönliche Medikament gemäss eigener Reiseerfahrung
- Zeckenspray

Elektronik

- Handy mit Ladegerät
 - Kosten Roaming beachten
- Fotoapparat, Ladegerät, genügend Akku, Speicherkarten
- Powerbank (Beim Flug als Handgepäck)

Für Zwischenmahlzeiten

- Multivitamin-tabletten ohne Süssungsmittel, Isotonisches Pulver
- Müessliriegel, Nüsse, Studentenfutter, Schoggiriegel