

# Die ultimative Packliste

## für Bergabenteurer und Campingurlaube

### Kleidung

---

- Funktionsunterwäsche
- Funktionsshirt
- Hardshelljacke
- Regenjacke bzw. Poncho
- Daunenjacke (dünn/dick)
- Wanderhose/Kletterhose
- Lange Hose normal
- Unterwäsche
- Mütze/Haube/Hut
- Buff
- Fleecepullover
- Kurze Hose
- Funktionssocken
- Socken
- Sonnenbrille
- Schlafgewand
- T-Shirt normal

### Essen und Kochen

---

- Gas-/Benzinkocher
- Brennstoff
- Feuerzeug/Streichhölzer
- Pfannen und Töpfe
- Teller
- Besteck
- Schüssel
- Gläser/Becher
- Kaffeemaschine/Bialetti
- Taschenmesser/Mutlitoool
- Müllbeutel
- Spülmittel biologisch
- Schneidebrett
- Thermoskanne
- Wasserkanister
- Wasserfilter
- Kiste (um alles zu verstauen)
- Ev. Feuerholz

### Hygieneartikel

---

- Zahnbürste
- Zahnpasta
- Zahnseide
- Seife/Shampoo
- Deo/Parfume
- Kontaktlinsen + Zubehör
- Rasierer
- Sonnencreme  
(Körper und Gesicht)
- Lippenbalsam
- Damenhygieneartikel
- Verhütungsmittel
- Haarbürste/Kamm
- Nagelpflegeset inkl. Pinzette
- Toilettenpapier
- Persönliche Medikamente
- Erste Hilfe-Set

### Dokumente

---

- Reisepass
- Personalausweis
- Impfausweis
- Fahrzeugpapiere
- Internationale  
Versicherungskarte
- Portmonee

### Zelten und Schlafen

---

- Zelt
- Isomatte
- Daunenschlafsack
- Hüttenschlafsack
- Biwacksack
- Stirnlampe
- Spannurte, Spannseile
- Kerzen, Teelichter
- Hängematte
- Slackline
- Picknickdecke

### Ausrüstung

---

- Kletterschuhe
- Wanderschuhe
- Seil
- Klettergurt
- Klettersteigset
- Expressschlingen
- Sicherungsgerät
- Helm
- Crashpad
- Magnesium, Bürste
- Bandschlingen
- Klemmkeile, Friends, etc.
- Wanderführer
- Kletterführer
- Tape
- Rucksack + Regenhülle
- Dry Bag
- Trinkflasche  
(Aluminium, Edelstahl)

### Strand / Meer

---

- Badehose/Bikini
- Neoprenanzug
- Surfboard + Bag
- Badetuch
- Zink für Lippen und Gesicht
- Sonnenschirm/-segel
- Schwimmbrille, Schnorchel
- Flossen
- Moskitoschutz

### Technik / Unterhaltung

---

- Ladegeräte
- Fotokamera
- Musikbox
- Bücher
- Spiele
- Kopfhörer
- Lesebrille
- Powerbank
- Reise-Steckdosenadapter
- Tagetasche/Stoffbeutel