

Packliste für Etappe: Südlicher Schwarzwald (12-14 Tage)

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)
Am Körper	Summe Gewicht am Körper	(ohne Rucksack)	3.750	
	Wanderschuhe	Hanwag Canyon Wide	1.260	
	Wandersocken	Falke TK2	70	
	Trekkinghose	Gamsbokk, MountainHigh ZippOff	680	
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo Slip	40	
	Funktionsshirt Langarm	Gamsbokk, Dry-Light	135	
	Langarmshirt aus Merino	Gamsbokk Outdoor Houdy	380	
	Gürtel	Jack Wolfskin	75	
	Uhr	Tissot T-Touch	88	
	Smartphone	Iphone 4g	142	
	Extra Batterie	mophie Juice Pack Plus Schutzhülle	181	
	Taschentücher	10-Stück	25	
	Mütze		74	
	Handschuhe		100	
	Wanderstöcke	2 Stück	500	

im Rucksack **Summe Gewicht im Rucksack (inkl. Rucksack) 16.533**

Rucksack	Rucksack	Deuter Act Lite 40+10	1.670	10,1%
----------	----------	-----------------------	-------	-------

Kleidung	Summe		3.237	19,6%
	Funktionsshirt Langarm	Gamsbokk, Dry-Light	135	4,2%
	Poloshirt Kurzarm	Gamsbokk, BSR classic	220	6,8%
	2 Unterhosen (leicht trocknend)	Falke, Odlo	80	2,5%
	2 Paar Wandersocken	Falke TK2	140	4,3%
	Fleecejacke	Waveboard	370	11,4%
	Fleeceweste	Waveboard	260	8,0%
	2. Wanderhose (lang)	Schöffl	355	11,0%
	Hemd (für abends)	Jack Wolfskin	285	8,8%
	Hüttenschuhe	Falke	190	5,9%
	Regenjacke	Waveboard	550	17,0%
	Regenhose	Rainlegs Beinschützer	140	4,3%
	Merinounterwäsche für nachts	Jockey	422	13,0%
	Brillenetui für Normalbrille	zur Nachtaufbewahrung	50	1,5%
	leichte Handschuhe		40	1,2%

Übernachtung	Summe		2.594	15,7%
	Zelt	Tarptent Notch	750	28,9%
	Reparaturset		14	0,5%
	Isomatte	Exped Synmat 7 MW	1.025	39,5%
	Seile	zum Abspinnen oder Wäsche	50	1,9%
	Schlafsack	Cumulus 300	650	25,1%
	Kopfkissen	(zum Ausstopfen)	85	3,3%
	Stirnlampe	Nitecore T360	20	0,8%

Kochen	Summe		3.595	21,7%
	Gaskocher	Soto	80	2,2%
	Topf etc	GSI Glacier Stainless Minimalist	215	6,0%
	Gaskartusche 230g	Sommergas, angebrochen	340	9,5%
	2. Kartusche 200g	Wintergas, neu	390	10,8%
	Besteck	Espit	56	1,6%
	Taschenmesser		144	4,0%
	Trinkflasche 2x 1l	Nalgene Everyday Weithals 1l	350	9,7%
	Wasser 2l		2.000	55,6%
	Feuerzeug	Einweg	20	0,6%

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)
Verpflegung	Summe		2.542	15,4%
	Energieriegel	10St., Hafervoll	750	29,5%
	Trockennahrung	5x Trek`n Eat	800	31,5%
	Heiße Tasse	9 Beutel	250	9,8%
	Frühstücksbrei	Morgenstund-Mischung	450	17,7%
	Vitamintabletten	Budni	10	0,4%
	Studentenfutter		200	7,9%
	Teebeutel	10 Stück	50	2,0%
	Kaffeepulver		32	1,3%
Navigation	Summe		975	5,9%
	Powerbank	Powermonkey Extreme 9.000mAh	250	25,6%
	Powerbank	XT Power 5000mA	125	12,8%
	Solar-Ladegerät	Clicc W1500+ Powerbank 5000mAh	350	35,9%
	Kabel+Ladegerät	2 Ladegeräte, Kabel USB+ Iphone	250	25,6%
Körperpflege	Summe		824	5,0%
	Kulturtasche	(Zahnbürste, Zahnpasta, Shampoo, Rei in der Tube, Sonnencreme, Hirschtalg etc	500	60,7%
	Kokosöl Zeckenabwehr)	200g	220	26,7%
	Fleecehandtuch		104	12,6%
Sonstiges	Summe		1.096	6,6%
	Regenhaube für Rucksack		92	2,8%
	Erste Hilfe	Pflaster	100	9,1%
	Tapeband		50	4,6%
	Geldbörse	Geld, Ausweis, Kreditkarte, Bahncard	120	10,9%
	Teelichter	3 Stück	60	5,5%
	Wäscheklammern	Ortec, 12 Stk.	26	2,4%
	Taschentücher	3 Packungen	88	8,0%
	Packbeutel	2 Stück	80	7,3%
	Kleiderbeutel	2 Stück	190	17,3%
	Abfallbeutel		10	0,9%
	Klarsichtbeutel		10	0,9%
	Klopapier		100	9,1%
	Schreibzeug (Bleistift, Kugelschreiber, Papier)		100	9,1%
	Schnürsenkel	Ersatz	30	2,7%
	Sitzkissen	Unterlage Rucksack etc.)	40	3,6%