

Packliste für Dänemark (15-21 Tage)

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)
Am Körper	Summe Gewicht am Körper	(ohne Rucksack)	4.308	
	Wanderschuhe	Hanwag Canyon Wide	1.260	ok
	Wandersocken	Falke TK2	67	ok
	Wanderhose, lang (Zipper)	Gamsbökk	733	ok
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo Slip	35	ok
	Shirt	Gamsbökk, Dry Light	121	ok
	Langarmshirt	Gamsbökk, Outddor Hoody	334	ok
	Regenjacke	Waveboard	677	ok
	Mütze	thoni mara	52	ok
	Schal	Buff	40	ok
	Fleecehandtuch		20	ok
	Gürtel	Jack Wolfskin	75	ok
	Trekkingstöcke	Gabel	500	ok
	Uhr	Tissot T-Touch	88	ok
	Smartphone	Fairphone 2	168	ok
	Tasche für Smartphone	Witz Smartphone Locker	113	ok
	Taschentücher	10-Stück	25	ok

im Rucksack Summe Gewicht im Rucksack (inkl. Rucksack)

14.295

Rucksack	Rucksack	Deuter Act Lite 40+10	1.670	11,7%
Kleidung	Summe		3.056	21,4%
	Poloshirt Kurzarm	Gamsböck Poloshirt „BSR classic“	300	9,8% ok
	Poloshirt Larngarm	Poloshirt „BSR Longsleeve“	300	9,8% ok
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo	35	1,1% ok
	Paar Wandersocken	Falke TK2	67	2,2% ok
	Paar Wandersocken	Falke TK5	40	1,3% ok
	Fleecejacke	Waveboard	380	12,4% ok
	Fleeceweste	Waveboard	255	8,3% ok
	2. Wanderhose (lang)	Schöffl	355	11,6% ok
	Sandalen	KEEN Clearwater CNX (im Schuhbeutel)	565	18,5% ok
	Regenhose	Rainlegs Beinschützer	133	4,4% ok
	Merionunterwäsche (lang) für nachts	Icebreaker 200er	393	12,9% ok
	Hut (gegen Sonne)	Salewo	90	2,9% ok
	Brillenetui für Normalbrille	zur Nachtaufbewahrung	50	1,6% ok
	Sonnenbrille	Inkl. Etui	93	3,0% ok
Übernachtung	Summe		2.200	15,4%
	Zelt (ohne Zeltstangen)	Tarptent Notch	800	36,4% ok
	Zeltunterlage	Tarptent Tyvek® Groundsheet	122	5,5% ok
	Heringe	4+4	85	3,9% ok
	Sack	Friluft Tent Pole Bag	40	1,8% ok
	Isomatte	Synmat UL 7M	345	15,7% ok
	Pumpsack	SeaToSummit Airstream, 20l	48	2,2% ok
	Schlafsack	Cumulus 300	640	29,1% ok
	Kopfkissen	(zum Ausstopfen)	100	4,5% ok
	Stirnlampe	Nitecore T360	20	0,9% ok
Kochen	Summe		2.057	14,4%
	Gaskocher	SOTO Amicus	72	3,5% ok
	Topf etc	GSI Glacier Stainless Minimalist	215	10,5% ok
	2. Topf/Becher	GSI Glacier Bottle Cup, 05l	140	6,8% ok
	Gaskartusche	Primus Sommergas, 2x230g	780	37,9% ok
	Besteck	Esbit Titanbesteck	54	2,6% ok
	Taschenmesser	Schweizer Messer	144	7,0% ok
	Trinkflasche 2x 1l	Nalgene Everyday Weithals 1l	180	8,8% ok
	Wasserfilter	Care Plus Sawyer SP128 Blue Mini Filter	65	3,2% ok
	Hobo	Bushbox Essential	260	12,6% ok
	Trockenbrennstoff	Esbit	80	3,9% ok
	Feuerzeug	V-Fire Easy Torch Outdoor	37	1,8% ok
	Ersatzfeuerzeug		30	1,5% ok

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)	
Verpflegung	Summe		3.582	25,1%	
	Energieriegel	7 St.,	455	12,7%	ok
	Vitamintabletten	Budni	10	0,3%	ok
	Wasser	1l im Mittel	1.000	27,9%	ok
	Outdoor Essen	Trek'n Eat (7x)	1.120	31,3%	ok
	Nüsse		200	5,6%	ok
	Teebeutel	15 Stk.	45	1,3%	ok
	Vitamintabletten + Zahntabletten	21 Vitamintab., 42 Zahntabl.	40	1,1%	ok
	Frühstück	Müsli	100	2,8%	ok
	Couscus		450	12,6%	ok
	Tomatencremsuppe	Knorr	62	1,7%	ok
	Kaffeepulver		100	2,8%	ok
Navigation	Summe		390	2,7%	
	SolarLadegerät+Powerebank	Clicc W1500+ Powerbank 5000mAh	350	89,7%	ok
	Kabel+Ladegerät	Ladegerät+ Kabel	40	10,3%	ok
Körperpflege	Summe		511	3,6%	
	Kulturtasche mit Inhalt		115	22,5%	ok
	Rasierzeug	Einmalrasierer	10	2,0%	ok
	Biologisch abbaubare Seife	Dr. Bronner Magic Soup, Eukalyptus	160	31,3%	ok
	Sonnencreme	Budni	50	9,8%	ok
	Kamm		12	2,3%	ok
	Hirschtalg	100g	60	11,7%	ok
	Nagelfeile		4	0,8%	ok
	Kokosöl (Zeckenabwehr)		100	19,6%	ok
Sonstiges	Summe		829	5,8%	
	Regenhaube für Rucksack		92	3,0%	ok
	Erste Hilfe	Pflaster	97	11,7%	ok
	Tapeband		50	6,0%	ok
	Geldbörse	Geld, Ausweis, Kreditkarte, Bahncard	100	12,1%	ok
	Wäscheklammern	Ortec, 12 Stk.	20	2,4%	ok
	Taschentücher	4 Packungen (20g/Stk.)	80	9,7%	ok
	Packbeutel	3 Stück	100	12,1%	ok
	Abfallbeutel		10	1,2%	ok
	Klarsichtbeutel		10	1,2%	ok
	Klopapier		100	12,1%	ok
	Schreibzeug (Bleistift, Kugelschreiber, Papier)		100	12,1%	ok
	Schnürsenkel	Ersatz	30	3,6%	ok
	Sitzkissen	Unterlage Rucksack etc.)	40	4,8%	ok