

Packliste für Dänemark, Etappe 4; 4 Tage)

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)
Am Körper	Summe Gewicht am Körper	(ohne Rucksack)	3.738	
	Wanderschuhe	Hanweg Canyon Wide	1.260	
	Wandersocken	Falke TK5	49	
	Wanderhose, lang (Zipper)	Gamsbokk, MountainHigh ZIPPOFF	733	
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo Slip	35	
	Shirt	Gamsbokk, Dry Light	130	
	Fleecejacke	Waveboard	380	
	Mütze	thoni mara	52	
	Schal	Buff	40	
	Gürtel	Jack Wolfskin	75	
	Trekkingstöcke	Gabel (2 Stück)	500	
	Uhr	Tissot T-Touch	88	
	Smartphone	Fairphone 2	168	
	Tasche für Smartphone	Witz Smartphone Locker	113	
	Hut (gegen Sonne)	Salewo	90	
	Taschentücher	10-Stück	25	

im Rucksack Summe Gewicht im Rucksack (inkl. Rucksack) **11.984**

Rucksack	Rucksack	Deuter Act Lite 40+10	1.670	13,9%	
Kleidung	Summe		1.300	10,8%	
	Regenjacke	Patagonia Torrentshell	345	26,5%	ok
	Shirt	Gamsbokk, Dry Light	130	10,0%	ok
	Unterhose (leicht trocknend)	Odlo, 1x	35	2,7%	ok
	Paar Wandersocken	Falke TK5	49	3,8%	ok
	Sonnenbrille	nebst Etui	60	4,6%	ok
	Fleeceweste	Waveboard	288	22,2%	ok
	Merionunterwäsche (lang) für Nachts)	Icebreaker 200er	393	30,2%	ok
Übernachtung	Summe		2.315	19,3%	
	Zelt (ohne Zeltstangen)	Tarptent Notch	800	34,6%	ok
	Zeltunterlage	Tarptent Tyvek® Groundsheet	122	5,3%	ok
	Heringe	4+4	84	3,6%	ok
	Isomatte	Synmat UL 7M (mit Packsack)	470	20,3%	ok
	Pumpsack	SeaToSummit Airstream, 20l	48	2,1%	ok
	Schlafsack	Cumulus 300 mit Packsack	671	29,0%	ok
	Kopfkissen	(zum Ausstopfen)	100	4,3%	ok
	Stirnlampe	Nitecore T360	20	0,9%	ok
Kochen	Summe		1.107	9,2%	
	Gaskocher	SOTO Amicus	72	6,5%	ok
	Topf etc	GSI Glacier Stainless Minimalist	215	19,4%	ok
	Gaskartusche (neu)	Primus Sommergas, 1x230g	390	35,2%	ok
	Besteck	Esbit Titanbesteck	54	4,9%	ok
	Taschenmesser	Schweizer Messer	144	13,0%	ok
	Trinkflasche 2x 1l	Nalgene Everyday Weithals 1l	180	16,3%	ok
	Feuerzeug	V-Fire Easy Torch Outdoor	37	3,3%	ok
	Ersatzfeuerzeug	no name	15	1,4%	ok

	Gegenstand	Artikel	Gewicht (g)	Anteil (%)	
Verpflegung	Summe		4.040	33,7%	
	Energieriegel	6 St.	550	13,6%	ok
	Wasser	1l im Mittel	2.000	49,5%	ok
	Packbeutel		63	1,6%	ok
	Outdoor Essen	Trek'n Eat (2x)	320	7,9%	ok
	Outdoor Essen	Peronin (2x), als Kalorienergänzung Mitta	200	5,0%	ok
	Nüsse		200	5,0%	ok
	Teebeutel	4St	15	0,4%	ok
	Vitamintabletten + Zahntabletten	4 Vitamintab., 8 Zahntabl.	10	0,2%	ok
	Frühstück	Müsli	300	7,4%	ok
	Tütensuppen	4x	100	2,5%	ok
	Couscus	für 1ne Mahlzeiten	150	3,7%	ok
	Tomatencremsuppe	1x	100	2,5%	ok
	Kaffeepulver		32	0,8%	ok
Navigation	Summe		458	3,8%	
	SolarLadegerät+Powerbank	Clicc W1500+ Powerbank 5000mAh	403	88,0%	ok
	Kabel+Ladegerät	Ladegerät+ Kabel, Kopfhörer	55	12,0%	ok
Körperpflege	Summe		370	3,1%	
	Kulturtasche		115	31,1%	ok
	Rasierzeug	Einmalrasierer	10	2,7%	ok
	Zahnbürste		12	3,2%	ok
	Biologisch abbaubare Seife	Dr. Bronner Magic Soup, Eukalyptus	83	22,4%	ok
	Sonnencreme	Budni	50	13,5%	ok
	Kamm		12	3,2%	ok
	Feuchtigkeitsscreme	Nivea Men	24	6,5%	ok
	Hirschtalgcreme		60	16,2%	ok
	Nagelfeile		4	1,1%	ok
Sonstiges	Summe		724	6,0%	
	Regenhaube für Rucksack		92	7,1%	ok
	Erste Hilfe	Pflaster	97	13,4%	ok
	Geldbörse	Geld, Ausweis, Kreditkarte, Bahncard	100	13,8%	ok
	Taschentücher	2 Packungen (20g/Stk.)	40	5,5%	ok
	Kloppapier		34	4,7%	ok
	Schaufel		48	6,6%	ok
	Kleinkrambeutel	Stift, Tagebüchlein, Reparaturset, Schnürsenkel, Desinfektionstücher, 2. Ladekabel, 2. Ladegerät	200	27,6%	ok
	Fleecehandtuch		20	2,8%	ok
	Plastiktüte		53	7,3%	ok
	Sitzkissen	Unterlage Rucksack etc.)	40	5,5%	ok