

## Packliste

# Selfguided E5 Alpenüberquerung - Ü50

### Kleidung

- Bequeme Wanderhosen
- Fleecepullover oder Daunenjacke
- Regen- bzw. Windjacke u. Regenhose
- Wechselwäsche wasserdicht verpackt
- Kopfbedeckung gegen Sonne und Kälte
- Leichte Hüttenschuhe
- Handschuhe
- Ersatzwandersocken
- Badehose bzw. Badeanzug

### Verpflegung

- Riegel (bei uns erhältlich)
- Trockenobst, Nüsse
- Trinkflasche

### Nützliches

- Hüttenschlafsack (Pflicht auf Berghütten)
- Erste-Hilfe-Set
- Wasch-Set / kleines Handtuch
- Personalausweis
- DAV-Ausweis (wenn vorhanden)
- Bargeld
- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Blasenplaster
- Stirnlampe (bei uns erhältlich)
- Ohrstöpsel

### Ausrüstung

- Rucksack ca. 35-40 Liter mit Regenschutzhülle
- Knöchelhohe Bergstiefel
- Wanderstöcke

## Alpintrekker

Wanderreisen  
 Riedberger-Horn-Weg 16  
 87538 Fischen im Allgäu  
 Büro: 08326/2693011  
 E-Mail: [info@alpintrekker.de](mailto:info@alpintrekker.de)  
 Page: [www.alpintrekker.de](http://www.alpintrekker.de)

Bergtouren Sommer

Höhenangst-Training

Fit für die nächste Tour

Schneeschuh-Touren