

Packliste Gotthard-Kristall-Trek

- ☐ Rucksack (ca. 30 bis 35 Liter mit Regenhülle oder Pro-Tipp: Abfallsack in Rucksack und danach Rucksack befüllen)
- ☐ Wanderschuhe mit gutem Profil
- ☐ Wandersocken (2x)
- ☐ Lange und kurze Wanderhose
- ☐ Funktionsshirt (2x) (Pro-Tipp: Merino Shirt)
- ☐ Funktionsunterhosen (3x und in der Halbzeit von Hand waschen)
- ☐ Frauen: Sport-BH (2x)
- ☐ Fleece oder Merino Jacke
- ☐ Primaloft oder Daunenjacke
- ☐ Regenjacke
- ☐ Sonnenschutz: Sonnenbrille, Hut und Sonnencreme
- ☐ Evtl. Mütze
- ☐ Erste-Hilfe-Set mit Rettungsdecke, Tape, Blasenpflaster
- ☐ Taschentücher
- ☐ Waschlappen
- ☐ Persönliche Medikamente
- ☐ Zahnbürste & Zahnpasta
- ☐ Taschenmesser
- ☐ Handy, Aufladekabel und Powerbank
- ☐ Bargeld für Hütten
- ☐ Getränkeflasche (mind. 1 Liter)
- ☐ Zwischenverpflegung (z. B. Energieriegel und Nüsse)
- ☐ Hüttenschlafsack und Ohrenstöpsel (Pro-Tipp: Silikon Ohrenstöpsel)
- ☐ Abfallsäckli
- ☐ Wanderstöcke (oft reicht einer)
- ☐ Badehose/Bikini (für Bergeseen)
- ☐ Wanderkarte auf Handy downloaden (für Offline-Modus)