

Ausrüstungsliste

für die 3-Tages-Wanderung Magie des Entlebachs erleben in der UNESCO Biosphäre Entlebuch

Donnerstag, 02.10. – Samstag, 04.10.2025

Technische Ausrüstung

- ☐ Gute Wanderschuhe mit griffigem Profil
- ☐ Rucksack zirka 30 Liter (max. Gewicht 8 kg inkl. Verpflegung)
- ☐ Tages-Rucksack (bei Gepäcktransport)
- ☐ Regenhülle für den Rucksack
- ☐ ev. Wanderstöcke

Bekleidung (am Wetter angepasst)

- ☐ Wanderhose
- ☐ Fleece-Pullover oder Fleece-Jacke
- ☐ Regenjacke, ev. Schirm
- ☐ Funktionsshirts (z.B. mit Merinowolle)
- ☐ Unterwäsche
- ☐ Socken
- ☐ Pjama
- ☐ Ersatzwäsche

Diverses

- ☐ Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnenbrille, Sonnencreme und Lippenchutz)
- ☐ Persönliche Toilettenartikel
- ☐ ev. persönliche Apotheke, Medikamente
- ☐ Taschenmesser
- ☐ Trinkflasche für den Marschtee
- ☐ Zwischenverpflegung: Gut geeignet sind Dörrobst, Nüsse, Schokolade, Energieriegel, Trockenfleisch und Käse. Damit der Rucksack nicht allzu schwer wird, sollte jedoch nicht zu viel Essen mitgenommen werden.
- ☐ Mobilphone und Aufladekabel
- ☐ Ev. Fotoapparat, Feldstecher