

Checkliste für mehrtages-Bootstour

Ausrüstung

Helm
Seil (2 Seile)
Traidelleine
Schwimmweste
Wasserdichter Sack
Wasserdichte Tonne
Wasserdichte Minibox (sehr gut für Handy und Geldbeutel)
Paddel
Boot oder Schlauchboot
Luftpumpe
Sitzkissen
Bootsschwimmer (für Unsinkbarkeit)

Kleidung

Unterhosen
Unterhemd
Hemd
Halstuch
Socken/Strümpfe
Fleecejacke
Regenjacke (richtig Wasserdicht)
Regenhose (richtig Wasserdicht)
Mütze(je nach Jahreszeit)
Handschuhe (je nach Jahreszeit)
Lange Hose
Kurze Hose (gleich Badehose)
Schlappen , Flip Flops

Kleinzeug

Gletscherbrille(gute Sonnenbrille)
Feuerzeug
Kompass
Signalpfeife (jeder eine)
Stirnlampe/Taschenlampe
Ersatzbatterien
Taschenmesser
Evtl. kleines Fernglas
Handbuch(+Einleger aus Literatur)
Kartenmaterial
Handy (+Ladegerät) (jeder eins)
Plastiktüte für Abfall

Medikamente

Rucksack-Apotheke
Persönliche Medikamente
Blasenpflaster
Schnellverband
Schmerzmittel
Rescuetropfen
Rettungsdecke

Lebensmittel

Trinkflasche
Persönlicher Bedarf
Salz & Pfefferstreuer
Schokolade
Energienahrung/Fertiggerichte
Schnaps
Riegel
Sonnenschutzmittel
Lippenpflegemittel
Hautcreme
Bier ;-)

Körperpflege

Toilettenbeutel
Handtuch
Shampoo (bei Outdoor unbedingt biologisch abbaubar)
Rasierer
Deo
Pinzette + Nadel (für kleinere Operationen mit Schiefer Seeigel etc.)
Persönlicher Bedarf

Schlafzeug

Zelt
Isomatte
Schlafsack
Kocher
Besteck, Tasse, Teller, Besteck, Messer
Angelausrüstung

Dokumente, Persönliches

Personalausweis
Führerschein
Alpen Vereins Ausweis
Scheckkarte
Kugelschreiber

Dieses PDF darfst Du gerne umfangreich nutzen. Du darfst es auch auf deine eigene Website oder Deinen Blog stellen. Schöne Grüße vom Nature-X Team!

<http://www.nature-x.com>