

Tabelle1

Ausrüstung Lappland

(2 Wochen, 2 Personen)

		Gewicht in g C	Gewicht in g A
Rucksack	2	2500	1700
Ersatzschnalle	2	10	10
Riemen	3	20	10
Regenüberzug	2	50	0
Wanderstöcke	2	180	180
Schlafsack	2	1600	1700
SchlafsackPressHülle	2	50	50
Liegematte	2	750	1100
Waschzeug			
Waschbeutel	2	10	10
Zahnbürste, Zahncreme	2	25	25
Seife, Waschmittel	2	100	100
Handtuch (Mikrofaser)	4	40	40
Penatencreme	1	20	
Öl	1		50
Kamm	1		10
Essen			
Teller	2	150	150
Tassen	2	50	50
Besteck (Gabel, Messer, Löffel)	2	30	30
Taschenmesser, -Säge	2	150	60
Kochen			
Trangia	1	1400	
Ersatzgummi für Brenner	1		10
Spiritus	2l	1000	1000
Wasserflasche (Alu)	1		140
Reinigungsschwamm, Trockentuch	1	20	
Ausweise			
Personalausweis	2	5	5
STF-Mitgliedskarte	2	5	5
DB (Fahrkarte, Bahncard)	3	5	5
Krankenkasse	2	5	5
Eurocard (Sperrnummer, PIN)	1	5	
EC-Karte	3	5	5
Führerschein	2	5	5
Pins			
Sonstiges			
Mückennetz (Kopf)	2	30	30
Sonnenbrille	2	50	
Lesebrille	1		50
Kontaktlinsen+Ersatz+Reinigung	2	50	100

Tabelle1

Kleidung			
Stiefel	2P	1800	1800
Wachs, Lappen	1	50	
Ersatzschnürbündel	1		20
Wandersandalen	2	570	570
Wandersocken	4P	160	160
Hose	2	200	200
Taschentuch	2	10	10
Gamaschen	2P	260	260
Regenüberhose	2	200	200
Unterhemd	4	200	200
Unterhose	4	100	100
langarmiger T-Shirt	4	200	200
Sport-BH	2		40
Slip-Einlagen	1		20
Poncho	2	500	500
Fleece	2	420	420
Regenjacke	2	360	300
Kopfbedeckung (Schirmmütze, ...)	2	80	80
gemeinsam			
Karten	2	100	
Kartentasche, Geodreieck	1	50	
Kompass	1	50	
GPS, 6 Batterien	1	90	
Höhenmesser, Thermometer	1	50	
Schrittzähler	1	50	
Uhr	1		10
Geld (schwedisches, norwegisches, Euro)		50	
Nähzeug (Nylonfaden, 2 Nadeln)		20	
Klebeband (Gewebe)	2	40	40
Reepschnur (15m)	1	120	
Schnur	20m	50	
Streichhölzer (5, Wind-/Wasserfest)	5	30	30
Feuerzeug	1	10	
Mückenschutz	2	125	125
Sonnenschutz	2	60	60
Foto (SD-Karte, Akku)	1	400	
Fotohülle	1	60	
Wasserbeutel (5l)	1	80	
Tube (10, zum Nachfüllen)	10	50	50
Kabelbinder	10	10	
Beutel, Tüten (mit Verschluss)	10		
Handy (Sat-Handy)	1		200
Angelhaken	2	10	
Wärmedecke, chem. Wärme	1		40
Papiertaschentücher	4P	50	50
Klopapier (1 Rolle)	1	100	
Gedichte	1		20
Hüttenschlüssel	1		20
Zelt	1	2500	

Tabelle1

Stäbe, Heringe, (Ersatzstab)

Medizin		1200	
Essen	20	6000	6000
Summe		24785	18360

Hinfahrt

Fahrkarten

Reiseverbindungen

Reiseessen

Reiselektüre