

Packliste für 3 Wochen Sarek

Artikel	Beschreibung	Menge	Check?	Gewicht (g)	Gepackt?
Am Körper					
Unterhose	Icebreaker Sprint Shorts 200	1	einsatzbereit	109	
Unterhemd	Icebreaker Anatomica Tank 150	1	einsatzbereit	93	
Hose	Fjällräven Barents	1	einsatzbereit	607	
Hemd	Fjällräven Sarek	1	einsatzbereit	433	
Schuhe	Hanwag Alaska GTX	1	einsatzbereit	1760	
Socken	Falke TK1 Wool	1	einsatzbereit	90	
Mütze	Houdini Airborn Hat	1	einsatzbereit	38	
Gürtel	Niggeloh Hosenträger	1	einsatzbereit	179	
Messer	Helle Eggen	1	reparieren	170	
Kompass	Silva Expedition S	1	einsatzbereit	90	
Karte	Fjällkartan BD10	1	einsatzbereit	128	
Weste	Mammut E.O.F.T. Vest	1	einsatzbereit	240	
Uhr	Suunto Elementum Terra Brown Leather	1	einsatzbereit	100	
Spot	Spot Gen3	1	einsatzbereit	120	
				4157	
Im Rucksack					
Rucksack	Tatonka Bison EXP 75	1	einsatzbereit	3290	
Packsäcke 1	StS Ultra-Mesh Stuff Sack XL	1	einsatzbereit	17	
Packsäcke 2	StS Ultra-Sil Nano Dry Sack 20l	4	einsatzbereit	145	
Packsäcke 3	StS Ultra-Sil View Dry Sack 2l	1	einsatzbereit	28	
Packsäcke 4	StS Trash Dry Sack L	1	einsatzbereit	133	
Packriemen	StS Packriemen 2m	4	einsatzbereit	65	
Zelt	Hilleberg Unna + Footprint	1+1	einsatzbereit	2300	
Kocher	MSR Windpro II	1	einsatzbereit	205	
Gas	MSR IsoPro 226g	4	kaufen	1000	
Topf	Esbit Titan-Topf PT750-TI	1	einsatzbereit	107	
Trockentuch	90/10 Baumwolle/Synthetik 40x40	1	einsatzbereit	29	
Feuer	Zippo	1	reparieren	65	
Schlafsack	Western Mountaineering Apache GWS	1	einsatzbereit	1050	
Inlet 1	Cocoon Expedition Liner L	1	einsatzbereit	120	
Isomatte 1	TaR Z Shield	1	einsatzbereit	440	
Isomatte 2	TaR NeoAir All Season R	1	einsatzbereit	540	
Schlappen	Crocs Off Road	1	einsatzbereit	389	
Unterhose	Icebreaker Sprint Shorts 200	1	einsatzbereit	109	
Unterhemd	Icebreaker Anatomica Tank 150	1	einsatzbereit	93	
Zeltlampe	Black Diamond Moji - LED	1	einsatzbereit	125	
Zeltsocken	Woolpower Wildlife 600	1	einsatzbereit	88	
Socken	Falke TK1 Wool	1	einsatzbereit	90	
Thermohose	Icebreaker Oasis Leggings 200 w/Fly	1	einsatzbereit	200	
Thermohemd	Icebreaker Oasis LS Crew 200	1	einsatzbereit	220	
Isolation 1	Ortovox Piz Boe Shorts	1	einsatzbereit	260	
Isolation 2	Ortovox Piz Boe Jacke	1	einsatzbereit	350	
Regenhose	Montura Line Cover Pants	1	einsatzbereit	380	
Regenjacke	Arcteryx Theta AR	1	einsatzbereit	490	
Handschuhe	Edelrid Sticky Glove	1	einsatzbereit	129	
Buff	Buff Cyclon	1	einsatzbereit	90	
Besteck 1	Sea to Summit Alpha Light Spork Long	1	einsatzbereit	12	
Schüssel	Sea to Summit Delta Bowl	1	einsatzbereit	87	
Flasche	Nalgene Pe-Faltflasche	2	kaufen	120	

Erste Hilfe	Individuell (siehe *)	1 einsatzbereit	541
Zahnpflege	Zahnbürste + Zahnpasta	1+1 kaufen	35
Pflege	Ballistol Hausmittel	1 einsatzbereit	135
Waschen	Ortec Travel Soap	1 einsatzbereit	120
Handtuch 1	Cocoon Terry Towel Light XL	1 einsatzbereit	360
GPS	Garmin GPSmap 64s	1 einsatzbereit	180
Stirnlampe	Fenix HL30	1 einsatzbereit	134
Licht	NiteStick Anhänger	2 einsatzbereit	10
Notfallset	Individuell (siehe **)	1 einsatzbereit	539
Batterien	AA / AAA	4+4 kaufen	160
Trekkingstöcke	Black Diamond Trail	1 einsatzbereit	462
Kamera	Panasonic DMC-FT5EG9-D Lumix	1 einsatzbereit	215
Ersatzakku	DMW-BCM13	2 kaufen	14
			15671

***Erste Hilfe**

Packtasche	wasserdicht	1 einsatzbereit	35
Handschuhe	Nitril	4 einsatzbereit	23
Rettungsdecke	210x160	2 einsatzbereit	80
Heatpack	L - 12h	1 einsatzbereit	60
Wundkomresse	10x10 Doppelpack	2 einsatzbereit	14
Wundaufgabe	Hydrocol 7x7	1 einsatzbereit	8
Dreiecktuch	steril	1 einsatzbereit	18
Octenisept	halbe Flasche	1 einsatzbereit	48
Pflaster	diverse	1 einsatzbereit	9
SteriStrips	6x38	2 kaufen	4
Blasenpflaster	M	6 einsatzbereit	23
Leukotape	3/4 Rolle	1 einsatzbereit	44
Verbandpäckchen	8x10 M	2 einsatzbereit	21
GazoFix	halbe Rolle x8	1 einsatzbereit	33
Pinzette	anatomisch	1 einsatzbereit	18
Schmerzmittel 1	Tramal Long 200	4 einsatzbereit	2
Schmerzmittel 2	Aspirin Coffein 500	10 einsatzbereit	9
Antibiothika	Ciprofloxacin 500	4 kaufen	3
Durchfall	Elotrans	7 kaufen	50
Durchfall	Kohle Compretten	10 kaufen	14
Wunden	Bepanthen Antisept	1 kaufen	25

541****Notfallset**

Packtasche	wasserdicht	1 einsatzbereit	40
Nähset	chirurgisch, 75cm	1 einsatzbereit	3
Seil	Paracord	20 einsatzbereit	160
Multitool	Leatherman Style CS	1 einsatzbereit	41
Notizen	Bleistift / Papier	1 einsatzbereit	170
Feuer	Ortec Magnesium-Feuerstarter	1 einsatzbereit	40
Wunden	Verbandtuch 1200x800	1 kaufen	15
Signalpfeife	Tornado Slimline	1 einsatzbereit	4
Reperatur	SeamGrip Universal Repair Kit	1 einsatzbereit	48
Licht	Fenix E05	1 einsatzbereit	18

539**Verpflegung**

Riegel 1	Seitenbacher Bergsteiger	23 kaufen	1424
Süßes 1	LYO Früchte - Banane	2 kaufen	70
Essen 1	LYO Fünf Gewürze Hähnchen mit Reis	4 kaufen	440
Essen 2	LYO Boeuf Stroganow	3 kaufen	458
Essen 3	LYO Farfalle in Gorgonzola-Spinat-Sauce	2 kaufen	265

Essen 4	LYO Penne Bolognese	5 kaufen	640
Essen 5	LYO Schweinegulasch mit Perlgrauben	3 kaufen	322
Essen 6	LYO Schweinelende in Grüner Pfeffersauce	3 kaufen	325
Essen 7	LYO Tikka Masala	3 kaufen	385
Notration 1	NRG-5 500g	1 einsatzbereit	501
Suppe 1	Heiße Tasse Strauchtomate	5 kaufen	60
Suppe 3	Heiße Tasse Thai Curry	4 kaufen	62
Suppe 4	Heiße Tasse Hühnchencreme Zwiebel	4 kaufen	63
Suppe 5	Heiße Tasse Rindfleisch Nudel	5 kaufen	81
Nachtisch 1	Mein Moment Schokolade + Milchpulver	15 reparieren	950
Nachtisch 2	Mein Moment Vanille + Milchpulver	8 reparieren	500
Snack 1	Beef Jerky classic 75g	3 einsatzbereit	239
Frühstück 1	Seitenbacher Apfel-Zimt Müsli (a 115g)	11 reparieren	1298
Frühstück 2	Seitenbacher Fitness Müsli (a 115g)	11 reparieren	1298
Vitamine 1	Orthomol Sport	5 einsatzbereit	130
Tee	Kräutertee	14 einsatzbereit	56
			9567

29934