

Ausrüstung:**Menge: Körper****Rucksack****Klamotten**

Unterhosen	3	30	78
Lange Unterhose	1 -		200
Trekkingsocken	4	70	197
Funktionsshirt kurz (2x Falke)	2	120	120
Funktionsshirt (Falke & Patagonia)	2	160	155
Trekkinghose	1	560 -	
Trekkingschuhe	1	1800 -	
Wasserschuhe	1 -		525
Trekking-/Regenjacke	1	670 -	
Regenhose	1 -		205
Fleecejacke	1 -		435
Mütze	1 -		106
Buff	1 -		38
Handschuhe	1 -		105
Neoprensocken			96
Badehose	1 -		143
Cap	1		55
Klamotten gesamt			2458

Ausrüstung:

Kamerabody + 3 Objektive + 5 Batterien + 2 Filter + 1

Filteradapter	-		2108
Kopflampe	1 -		3
Rucksack	1 -		2420
Zelt	1 -		2047
Isomatte	1 -		466
Alumatte	1 -		125
Schlafsack	1 -		1246
Schweizer Taschenmesser	1 -		95
Handy + case + Schutzfolie	1	148 -	
Ersatzakku fürs Handy	1 -		43
Mobiler Akku	1 -		175
Wanderstöcke	1	560 -	
Gamaschen	1 -		285
Karabiner	3 -		5
Isländische SIM	1 -	-	
Kissen	1 -		90
Outdoor-Geldbeutel	1	40 -	
Feuerzeug	-		11
Wanderkarten	2 -		201
GPS Gerät			100
Batterien	6		177
Mikrofaserhandtuch	1 -		150
Mülltüte	1 -		15

Gaskocher	1 -		73
Wasserblase	1 -		180
Becher	1 -		85
Schale & Besteck	3 -		106
Garmin Vivoactive	1	38 -	
Rettungsdecke	1 -		63
Island Buch	1 -		99
Lonely Planet	1		215
Vorzeltboden (Tüte)	1		15
Ersatz-Schuhbandel	1 -		20
Staubmaske	1		2
Zeltboden	1		330
Ausrüstung gesamt			10987

Nahrung

Magnesium	9 -		36
Elektrolytedrink	10		55
Müsliriegel	30 -		1780
Dehydrierungspulver	6 -		37
Wasser	1 -		1000
Tee	9 -		24
Porridge	9 -		840
Jerky	1 -		65
Paranüsse	1 -		103
Würste	7 -		479
Brühe	1 -		34
Trekkingnahrung	8 -		1322
Nahrung gesamt			5775

Waschen und so

Kaugummis	1 -		17
Hautcreme	1		12
1. Hilfe Set	1 -		88
Nasentropfen	1 -		11
Kontaktlinsen & Augentropfen	1 -		42
Reiseseife	1 -		116
Zahncreme	20ml		35
Zahnbürste	1		14
Gel	1		45
Haarspray	1		80
Antibakterielles Gel	1		57
Labello	1		12
Ohrstöpsel	1		2
Shampoo	1		112
Spülung	1		37
Sonnencreme	1		15
Waschlappen	1		4

Medikamente	1	161
Deo	1	8
Earplanes	1	6
Waschen und so gesamt		868

	Körper	Rucksack	
Gewicht		3976	20094