

Checkliste:		Bekleidung		Gewicht:		3,045
		5,565		am Körper:		2,520
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht
2	Unterwäsche - kurz: Unterhemd	Odlo Light Cubic Singlet Men		X	0,070	0,140
2	Unterwäsche - kurz: Shorts	Odlo Light Cubic Shorts Men	X		0,070	0,140
1	Unterwäsche - lang: Unterhose	TCM	X		0,140	0,140
2	Socken	Falke TK2 Cool	X		0,080	0,160
1	Oberbekleidung 2. Lage Hemd	Haglöfs Paleo		X	0,220	0,220
1	Oberbekleidung 2. Lage Shirt	Mammut DriRelease L/S	X		0,300	0,300
1	Oberbekleidung 2. Lage Shirt	Mammut Mica Shirt	X		0,180	0,180
1	Oberbekleidung 2. Lage Fleece	Mountain Equipment Hoodie	X		0,350	0,350
1	2. Lage Hose, lang	Fjällräven Karl Zip-Off	X		0,550	0,550
1	2. Lage Hose, lang	Haglöfs Rugged Mountain		X	0,660	0,660
1	3. Lage Hardshell Jacke	Haglöfs Spitz	X		0,495	0,495
1	3. Lage Hardshell Hose	The North Face Venture Pant	X		0,250	0,250
1	Wanderstiefel	Meindl Jersy Pro GTX		X	1,400	1,400
1	2. Schuhe	Crocs Cayman	X		0,340	0,340
1	Halstuch	HAD Scarf	X		0,030	0,030
1	Badehose	Speedo Endurance			0,120	0,120
1	Gamschen	Outdoor Designs Perma Gamasche eVent			0,280	0,280
1	Mütze	Mountain Equipment Alpine Hat	X		0,030	0,030
1	Handschuhe	The North Face Pamir	X		0,080	0,080
1	Gürtel	Mammut Logo Belt		X	0,100	0,100

Checkliste:		Ausrüstung		Gewicht:		2,965
		3,465		am Körper:		0,500
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht
1	Hüttenschlafsack/Inlett	Meru Microfaser Inlett Mumie	X		0,250	0,250
1	Rucksack	Deuter Guide 45	X		1,920	1,920
1	Rucksack-Regenschutz	Deuter Rain Cover 35-50	X		0,150	0,150
1	Taschenmesser	Leatherman Charge Ti	X		0,250	0,250
1	Taschenlampe	Fenix LD 20	X		0,100	0,100
1	Stirnlampe	Petzl Tikka XP	X		0,095	0,095
1	Stirnlampe Tasche	Petzl Tasche für Tikka	X		0,030	0,030
2	Feuerzeug	BIG	X		0,020	0,040
1	Kompass		X		0,030	0,030
2	Landkarte				0,080	0,160
2	Trekkingstöcker	Leki		X	0,250	0,500
2	Packsack	Sea to Summit Ultra-Sil Dry Sacks 20L	X		0,050	0,100

Checkliste:		Sicherung		Gewicht:	1,653	
		1,653		am Körper:	0,000	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht
1	Klettersteigset	Black Diamond Easy Rider Set	X		0,485	0,485
1	Helm	Salewa Toxo G2	X		0,386	0,386
1	Klettergurt	Petzl Corax	X		0,510	0,510
1	Handschuhe	Singing Rock Grippy 3/4 Gr.9	X		0,110	0,110
1	Bandschlinge	Elliot O-Sling DYN 60cm	X		0,036	0,036
1	Bandschlinge	Elliot O-Sling DYN 60cm	X		0,048	0,048
1	HMS Karabiner	Camp Bet Lock	X		0,078	0,078

Checkliste:		Küche		Gewicht:		0,798	
		0,798		am Körper:		0,000	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht	
1	Kocher	Esbit Taschenkocher klein	X		0,060	0,060	
3	Brennstoff	Esbit Trockenbrennstoff 4g	X		0,080	0,240	
1	Tasse/Essnapf	Tatonka Edelstahl-Becher Faltgriff	X		0,150	0,150	
1	Essbesteck	Snow Peak Spork	X		0,016	0,016	
1	Wassersack	Deuter Streamer 3l	X		0,180	0,180	
1	Wassersack-Hütte	Deuter Thermo Bag	X		0,122	0,122	
1	Trockentuch		X		0,020	0,020	
1	Scheuerschwamm		X		0,010	0,010	

Checkliste:		Verpflegung		Gewicht:		3,200	
				am Körper:		0,000	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht	
2	Wasser		X		1,000	2,000	
1	Wurst		X		0,200	0,200	
8	Tütensuppe		X		0,030	0,240	
2	Studentenfutter		X		0,100	0,200	
16	Riegel		X		0,035	0,560	

Checkliste:		Erste Hilfe		Gewicht:		0,355	
				am Körper:		0,000	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht	
1	Erste-Hilfe-Set	Care Plus Compact	X		0,245	0,245	
1	Schmerztabletten	Paracetamol 500	X		0,010	0,010	
1	Salbe gegen Verstaunungen		X		0,080	0,080	
1	Blasenpflaster		X		0,020	0,020	

Checkliste:		<i>Hygiene</i> 0,855		Gewicht:	0,855	
				am Körper:	0,000	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht
1	Kulturtasche	Meru Washroom	X		0,210	0,210
1	Flüssigseife		X		0,100	0,100
1	Handtuch	Fine Well Sport Towel 60x90	X		0,120	0,120
1	Zahnbürste		X		0,015	0,015
1	Zahnpasta		X		0,030	0,030
1	Kamm		X		0,010	0,010
1	Sonnencreme		X		0,200	0,200
1	Lippenschutz	Labello Sun ...	X		0,020	0,020
1	Jodid		X		0,010	0,010
1	Deo		X		0,080	0,080
3	Taschentücher		X		0,020	0,060

Checkliste:		Foto		Gewicht:		0,000	
		1,360		am Körper:		1,360	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht	
1	Spiegelreflex	Canon 400 D + Tamron 17-50		X	1,040	1,040	
1	Bereitsschaftstasche	LowePro AW 65		X	0,300	0,300	
1	Erzatzakku für DSLR	Ansmann		X	0,020	0,020	

Checkliste:		Sonstiges 0,320		Gewicht:	0,320	
				am Körper:	0,000	
Anzahl	Kategorie	Produkt	Eingepackt	am Körper	Gewicht je	Gewicht
1	Handy	Rayban rb3186-00311	X		0,100	0,100
1	Handyladegerät		X		0,040	0,040
1	Notizbuch + Stift		X		0,150	0,150
1	Sonnenbrille		X		0,030	0,030
1	Personalaus			X	0,000	0,000
1	Krankenkassenkarte			X	0,000	0,000
1	EC-Karte			X	0,000	0,000
1	Führerschein			X	0,000	0,000

Zusammenfassung	Checklisten		
Checkliste	Gewicht am Körper	Gewicht im Rucksack	Gesamtgewicht
Bekleidung	2,52	3,05	5,57
Ausrüstung	0,50	2,97	3,47
Sicherung	0,00	1,65	1,65
Küche	0,00	0,80	0,80
Verpflegung	0,00	3,20	3,20
Erste Hilfe	0,00	0,36	0,36
Hygiene	0,00	0,86	0,86
Foto	1,36	0,00	1,36
Sonstiges	0,00	0,32	0,32
Gewicht am Körper			4,38
Gewicht im Rucksack			13,19
Gesamtgewicht Ausrüstung			17,57