Naturfreunde Meidling

Bergwanderung

8. Nov. 2025 **Hohe Wand**

Ausrüstung (Checkliste)

Technische Ausrüstung

- ☐ Wanderrucksack 25 - 35 Liter
- ☐ Wander- oder Bergschuhe mit Profilsohle
- ☐ Wanderstöcke (wenn vorhanden)

Notfall-Ausrüstung

- ☐ Erste-Hilfe (inkl. Alu-Rettungsdecke)
- ☐ Biwaksack (2-Mann)
- ☐ Stirnlampe (inkl. Batterien)
- ☐ Taschenmesser/Multifunktionswerkzeug
- ☐ Mobiltelefon

Bekleidung

- ☐ Tourensocken
- ☐ Jacke (Fleece, Softshell, Wolle)
- ☐ Wanderhose
- ☐ Regenhose (Gore Tex, ...)
- ☐ Anorak (wasser-/winddicht, z.B. Gore Tex)
- ☐ Leichte Daunen-/Primaloftjacke
- ☐ Haube
- ☐ dünnere Handschuhe
- ☐ Sonnenbrille und ggf. Sonnenschutz

Proviant

- ☐ Trinkflasche
- ☐ Tourenverpflegung

Weiteres

- ☐ NF-Ausweis
- ☐ Bargeld

Optional

- ☐ Fotoapparat
- ☐ Fernglas
- ☐ Helm
- ☐ Klettersteigset

Bei Übernachtung

- ☐ Zahnbürste
- ☐ Seife
- ☐ Hüttenschlafsack
- ☐ Patschen (Hütte)
- ☐ bequemes Gewand (Hütte)

Nicht vergessen

- ☐ E-Herd abschalten ☺
- ☐ Wohnung zusperren ☺
- ☐ Gute Laune ☺