

Kleidung:

- Knöchelhohe, feste Wanderschuhe
- Handschuhe, Mütze
- Regenjacke
- Regenhose
- Gewichtsreduzierende Wanderkleidung
- Wanderstock
- Sonnenschutz
- Sonnenbrille

Rucksack:

- Leichter Rucksack
- Erste-Hilfe-Set (Pflaster, Alu-Decke,...)
- Trinkflasche
- Sonnenschutz für die Lippen
- Verpflegung
- Insektenspray
- Taschenmesser
- Handy mit vollem Akku
- Kompass
- Fernglas
- Taschenlampe
- Routenplaner + Karte
- Kamera
- Taschentücher
- Tüte für den Abfall
- Geld