

Packliste Bergsteigen — Rucksack 40–70 L

Vagabundo

Vagabundo • Ätherische Textart • Kompakt, sicher, bergtauglich

Essentials

- Rucksack 40–70 L mit Hüftgurt + Regenhülle
- Wasserbehälter 1–2 L + Reserve
- Verpflegung: 3 Tage + Notration
- Handy + Powerbank + Lade Kabel
- Geld, Ausweis, Versicherungskarte

Technische Ausrüstung

- Steigeisen / Crampons (passend zu den Schuhen)
- Eispickel / Eisgerät
- Kletterhelm
- Klettergurt, Seil (je nach Tour), HMS Karabiner, Express Sätze
- Abseilgerät / Sicherungsgerät, Bandschlingen
- Eisschrauben / Steinschrauben (tourabhängig)

Kleidung

- Basisschicht: Merino/ Funktionsshirt
- Isolationsschicht: leichte Daune / Fleece
- Hardshell Jacke und -Hose (wasserdicht, atmungsaktiv)
- Trekking /Bergstiefel (steigeisenfest)
- Warme Mütze, Handschuhe + dünne Innenhandschuhe
- Reserve Socken, Gamaschen

Navigation & Sicherheit

- Karte + Kompass; GPS / Offline Karten App
- Stirnlampe + Ersatzbatterien
- Erste Hilfe Set inkl. Blasenpflaster, Tape
- Signalpfeife, Rettungsdecke, Multitool
- Lawinen Set (LVS Gerät, Sonde, Schaufel) bei winterlichen Bedingungen

Kochen, Wasser & Hygiene

- Leichter Kocher + Brennstoff + Topf/Becher/Spork
- Wasserfilter / Tabletten + Reservebehälter

- Toilettenpapier, kleine Schaufel, Feuchttücher
- Handdesinfektion, Sonnencreme, Lippenbalsam

Sonstiges & Optional

- Powerbank, Solarpanel (optional)
- Kamera / Fernglas
- Leichte Sitzunterlage / Tarp
- Reparaturset, Nähzeug, Klebeband
- Persönliche Medikamente, Notfallinfos

Pack Tipps

Pack smart: Schwere und sperrige Dinge nah an der Wirbelsäule, mittig und tief im Rucksack.
Packe nach dem Zwiebelprinzip: mehrere dünne Schichten statt einer dicken.
Prüfe Ausrüstung vor der Tour (Steigeisen, Pickel, Seil).
Plane Reserve für Wetterumschwünge und zusätzliche Zeit.
Markiere wichtige Teile mit farbigen Bändern für schnellen Zugriff.