

Packliste Bergwandern — Tagesrucksack 15–30 L

Vagabundo

Kompakt und bergtauglich: Essentials für sichere, komfortable
Tagestouren in den Bergen

Essentials

- Rucksack 15–30 L mit Hüftgurt
- Wasserflasche 1–1,5 L oder Trinkblase
- Energie Snacks: Riegel, Nüsse, Trockenfrüchte
- Sonnenschutz: Sonnencreme, Sonnenbrille, Hut
- Handy + Powerbank
- Geld, Ausweis, Versicherungskarte

Kleidung

- Atmungsaktives Funktionsshirt
- Wanderhose (evtl. Zip Off) / Shorts
- Fleece oder leichte Isolationsschicht
- Wetterfeste Regen / Windjacke
- Wanderstiefel oder robuste Wanderschuhe
- Reserve Socken, Mütze, Handschuhe (je nach Saison)

Navigation & Sicherheit

- Karte / Offline Karten App
- Kompass / GPS
- Stirnlampe + Ersatzbatterien
- Multitool / Taschenmesser
- Pfeife, Signalspiegel
- Notfall Decke, Erste Hilfe Set

Technik & Komfort

- Powerbank, Ladekabel

Kleine Kamera / Smartphone Halterung

Leichte Sitzunterlage

Sonnencreme, Lippenbalsam

Optional / Situationsabhängig

Trekkingstöcke

Gamaschen (bei Schnee / Geröll)

Leichte Notration / Thermos

Mückenschutz, Sonnenhut

Pack Tipps

Pack smart: Schwere Dinge nah am Rücken, leicht zugänglich: Snacks, Wasser, Regenjacke. Packe nach dem Zwiebelprinzip: Schichten statt dicker Kleidung. Prüfe Wetter, Höhenmeter und Strecke vor Abmarsch. Plane zusätzliche Zeit für Pausen und Wetterumschwünge.