

Ausrüstungsliste

Name	Produktname	Gewicht in gr.	am Körper in gr.	Anteil am Gesamtgewicht in % (grafisch)
Lager		Summe:	8490	
(Sommer-)Schlafsack	Nordisk Salo 205	985		■■■■■
Isomatte	Exped SynMat7 DLX	1085		■■■■■
Schlafmittel	Kissenbezug (40x40), Maske, Ohrstöpsel	60		
Rucksack	Lowe Alpin Cerro Torre 75+20	3060		■■■■■■■■■■■
Zelt	Nordisk Norheim SI-2000 (andere Heringe)	3300		■■■■■■■■■■■
Küche		Summe:	711	
Kochset / Brenner / Windschutz	Primus Litech Trek Kettle + Glitzi Schwamm	470		■■
	Primus Express Piezzo			
	Primus Windschutz für Express			
	Streichhölzer (für Piezzo-Notfälle)			
Besteck	Göffel + Wenger Multimesser	75		
Trinksystem	2x Camelback Podium Bottle 0,75L	166		
Klamotten		Summe:	2817	3910
Hose	G-1000 Zip		750	■■■
Windbreaker	The North Face Flight Series		500	■■
T-Shirt	Vaude Microfaser		200	
U-Hose	Vaude Microfaser		100	
Socken	Falke TK2		60	
Wanderschuhe	North Face PINYON XCR		1400	■■■■■■■
Stöcke	Leki CorTek AS		900	■■■■■
Ersatz-Hose	G-1000 Zip	750		■■■
Fleece	Haglöfs Twice Jacket	325		■
2tes T-Shirt	Vaude Microfaser	200		
2te / 3te U-Hose (wegen Wolf 3 St.)	Vaude Microfaser	200		
Ersatzsocken	Falke TK2	60		
Lagersocken	normale Socken	60		
Badeschlappen	Adidas	480		■■
Jacke (Regenabwehr)	North Face Venture Hyvent	690		■■■
Hut (Wasserabweisend / UV-Schutz)	The North Face Breeze Brimmer Hat	40		
Mückennetz	passend zum Hut	12		
Kulturbeutel		Summe:	550	
Zahnputzzeug	Zahnbürste, Zahnpasta	40		
Handtuch	MSR Mikrofaserhandtuch	25		
Kloppapier	1x	110		
Notfalltasche	(Kopf-)Schmerz-, Durchfall-, Halswehtabletten	300		■
	Minipackung Sonnencreme			
	Autan, Fenistil, Zeckenschlinge			
	Pflaster (reguläre und Compeed), Verband,			
	Wundauflage, Wunddesinfektion,			
	Rettungsdecke, Erste-Hilfe-Handschuhe			
	Umverpackung (Care Plus Basic Tasche)			
Taschentücher	2x Tempo	75		
Sonstiges		Summe:	1105	
Kartenmaterial / Kompass	Karte, Recta DS40	150		
Reisetagebuch	Heft, Schreibmaterial	125		
Persönliches	Ausweis, Geld, Schlüssel in Ziplock	50		
Handy	iPhone	160		
Ladegerät	Netzteil + Kabel	200		
Lampe	Petzl Tikka Plus (mit 3x AAA)	85		
Reparaturen	Nadel/Faden, Schnürsenkel, SeamGrip mit	35		
	Flickstücken, 5x Kabelbinder, Cache-			
	Reparaturset (Fotodose, Tape, kleine Zettel)			
Wasserdicht verpacken / Müll	Tüten + Ziplock Beutel	300		■
Verbrauch		Summe:	3435	
Frühstück	Brühe, Apfel	300		■
Getränk	Zitronenteepulver	170		
Snacks	Müsliriegel	300		■
Mittag	2x Knorr Nudeln a 157g	314		■
Abendbrot	3x Knorr Nudeln a 157g	471		■■■
Gaskartusche	Primus Gaskartusche 220g (mittel)	380		■
Wasser (täglich neu)	für Verbrauch am Tag auf Tour 2x 0,75L	1500		■■■■■■■
			Rucksack:	am Körper:
			17108	3910
Gesamtgewicht		21018	Gewicht bei der ersten Tour (Sep.'08):	
Rucksack		17108	Rucksack	19192
Körper		3910	Körper	3910
Rucksack Gesamtgewicht		17108		
Lager		8490		
Küche		711		
Klamotten		2817		
Kulturbeutel		550		
Sonstiges		1105		
Verbrauch		3435		