

Jakobsweg

wiwo · Jw_ausr.pdf

Meine Ausrüstungsliste:

	Gewicht in gr		
	zusammen	im Rucksack	angezogen
1 x Rucksack: Ortovox Trad 35 (700 gr), ohne Hüftpolster, ohne Tragegestell	700	700	
1 x Netzbeutel	30	30	
1 x Wanderschuhe: Hanwag (1300 gr) → anziehen	1300		1300
1 x Zweitschuhe: Beco Badelatschen (ca. 270 gr)	270	270	
3 x Unterhosen: Trigema schwarz (je 40 gr) → 1 x anziehen	120	80	40
1 x Unterhose lang: Kaipira (225 gr)	225	225	
1 x Trekkinghose: Mammut (335 gr) → anziehen	335		335
1 x Trekkinghose: Mammut 3/4 (250 gr)	250	250	
1 x Gürtel: Eigenbau (35 gr) → anziehen	35		35
1 x T-Shirt langarm: Icebreaker (265 gr) → anziehen	265		265
1 x T-Shirt kurzarm: Smartwool (200 gr)	200	200	
1 x T-Shirt kurzarm: Kaipira (210 gr)	210	210	
2 x Wandersocken: Thorlo (je 105 gr) → 1 x anziehen	210	105	105
1 x Softshelljacke: Bergans (265 gr)	265		265
1 x Fleecejacke: Schöller blau (325 gr) → anziehen	325		325
1 x Wanderhut: Stöhr (90 gr) → anziehen	90		90
1 x Halstuch: Baumwolle schwarz (50 gr) → anziehen	50		50
1 x Schlafsack: Alvivo Ibox ultralight (395 gr) inkl. wasserdichtem Packsack (45 gr)	440	440	
1 x Trekkingstöcke: Black Diamond (ohne Handschlaufen ca. 300 gr)	300		300
1 x Regenschirm: swing litflex (230 gr)	230	230	
1 x Waschzeug im Beutel: Kernseife in Dose (110 gr), Waschlappen (20 gr), Zahnbürste (5 gr), -pasta (10 gr), Kamm (10 gr), Nagelschere (15 gr)	185	185	
1 x Handtuch: blau (150 gr)	150	150	
1 x Erste-Hilfe Set: in kleinem Plastikbeutel (45 gr)	45	45	
1 x Medikamente (126 St. 70 gr)	70	70	
1 x Hirschtalgcreme (15 gr)	30	30	
2 x Taschentuch (30 gr) → 1 x anziehen	30	15	15
1 x Ohrenstöpsel: (5 gr)	5	5	
1 x Taschenmesser: Opinel (45 gr)	45	45	
1 x Löffel und Gabel: Spork (15 gr)	15	15	
1 x S-Haken Aluminium (15 gr)	15	15	
1 x kleine Wäscheleine: pink (10 gr)	10	10	
1 x Schreibzeug: Notizbuch (55 gr), Bleistift, Spitzer u. Radiergummi (15 gr)	70	70	
1 x kleines Portemonnaie: Eastpack (55 gr) mit etwas Bargeld (ca. 25 gr), EC-, Visa-, KV-Karte, Personalausweis (ca. 20 gr)	100	100	
3 x Pilgerausweis (72 gr) + Hülle (3 gr)	75	75	
1 x großer wasserdichter Sack für Kleidung: Ortlieb 12l (75 gr)	75	75	
1 x kleiner wasserdichter Sack für Wertgegenstände unter Dusche: Sea to Summit eVent 3l (40 gr)	40	40	
3 x Plastiktüten/Packsäcke (10 gr)	10	10	
1 x Brille (30 gr), Ersatzbrille + Sonnenbrille (beide in Hülle 85 gr) → 1 x anziehen	115	85	30
1 x Schuhputzzeug: Schuhwachs (40 gr), Lappen, alte Zahnbürste (komplett 55 gr)	55	55	
1 x Toilettenpapier (15 gr)	15	15	
1 x Lampe: Photon micro light (9 gr)	10	10	
1 x Reservebatterie 1 x CR2032 für Lampe u. Uhr (4 gr)	5	5	
1 x kleiner Karabiner	10	10	
1 x Uhr (Höhenmesser) (50 gr)	50		50
1 x Fitnessuhr (Schrittzähler) (25 gr)	25	25	
1 x Smartphone: Huawei mate 9 (195 gr), Ladestecker + Kabel (65 gr)	260	260	
1 x Smartphonetasche: Tatonka (35 gr)	35	35	
1 x kleiner Kopfhörer: Anker SoundBuds Verve (15 gr)	15	15	
3 x kleine Steine von zuhause (40 gr) u. 1 x für Jens aus ERH (55 gr) zum Ablegen am Cruz de Ferro	95	95	
1 x Jakobsmuschel von Jens, am Rucksack (35 gr)	35	35	
1 x Schutzengel von Ulrike (1 gr)	1	1	
Summe:	7546	4341	3205