Packliste: Skating-& Langlaufkurs Idre

Dokumente und Co.

☐ gültiger Personalausweis oder Reisepass
☐ EC-Karte und/oder Kreditkarte
☐ Krankenversicherungskarte
☐ ggf. Nachweis Auslandskrankenversicherung

Persönliche Gegenstände

☐ Rucksack, Koffer oder große Reisetasche
☐ Tagesrucksack
☐ Brotdose und Thermoskanne (mind. 1 Liter, am besten Stahl-Isolierkanne)
☐ Taschenlampe oder Stirnlampe
☐ kleines Kissen oder Nackenrolle (für die Busfahrt)
☐ Schreibzeug, Bücher, Spiele, Musik
☐ Ohropax
☐ Kamera, Fotozubehör, Speicherkarten, Ladegeräte, Powerbank
☐ persönliche Medikamente und Reiseapotheke

Wintersportausrüstung

Die benötigte Skiausrüstung (Alpin, Snowboard, Langlauf klassisch, Langlauf Skating, Backcountry) gibt es im lokalen Skishop, den ihr täglich besuchen könnt. Die Ausrüstung kann tageweise, je nach Aktivität, ausgewechselt werden. Eigene Ausrüstung darf natürlich auch mitgebracht werden (für die Busfahrt gerne im Skisack verpacken).

Bekleidung

☐ Sonnenbrille mit UV-Schutz
☐ Skibrille
☐ Skijacke/Winterjacke (winddicht, wasserfest)
☐ Regen-/Outdoorjacke oder Softshell
☐ Skihose (z.B. Alpinskihose)
☐ Trekking-, Winter-, Touren- oder Softshellhosen (winddicht, wasserfest)
☐ Pullover und Fleecejacken
☐ T-Shirts und Hemden
☐ Funktionsunterwäsche (Kunstfaser oder Merino)
☐ Unterwäsche
☐ Skisocken, dicke Socken, Strümpfe
☐ Fingerhandschuhe und/oder dicke Fäustlinge
☐ Schal, Tuch oder Buff
☐ Wintermütze, Stirnband, evtl. Sturmhaube
☐ Wanderstiefel (hoch, wasserdicht, imprägniert, rutschfest) für Schneeschuhtouren
☐ Crocs, Flipflops oder Badelatschen (für Sauna/Hausschuhe)
☐ Gamaschen
☐ Schlafanzug

Körperpflege

☐ Sonnen- und Lippenschutz (wasserfrei)
☐ Shampoo und Seife
☐ Zahnbürste und Zahnpasta
☐ Kamm oder Bürste, ggf. Fön
☐ Deo
☐ Taschentücher
☐ Creme und/oder Bodylotion
☐ ggf. Rasierzeug, persönliche Hygieneprodukte

Vorhanden:
☑ Bettwäsche, 1 kleines Handtuch, 1 Duschtuch pro Person/Woche