

Packliste: Solberget

Dokumente und Co.

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

Persönliche Gegenstände

- Rucksack, Koffer oder große Reisetasche
- Schlafsack (Komfortbereich 10 °C)
- kleines Stück Isomatte als Sitzunterlage für Pausen (optional)
- Tagesrucksack
- Brotdose und Thermoskanne (mind. 1 Liter, am besten Stahl-Isolierkanne, die sind robust und isolieren sehr gut)
- WICHTIG: Stirnlampe, damit man die Hände zum Arbeiten frei hat
- Allzwecktaschenmesser (optional)
- Feuerzeug, Streichhölzer
- Schreibzeug, Bücher, Spiele, Musik (optional)
- Ohropax
- Kamera, Fotozubehör, Speicherkarten, Ladegeräte (in Solberget gibt es keinen Strom, bitte genügend Reservebatterien mitnehmen, zur Not könnt ihr aber auch mal einen Akku an die Solaranlage hängen, bitte Ladegerät mitnehmen. Bei viel Strombedarf empfiehlt es sich, eine Powerbank (geladen) mitzubringen. Tipp: im Nachtzug nochmal alles aufladen)
- persönliche Medikamente und Reiseapotheke

Bekleidung

- Sonnenbrille mit UV-Schutz und/oder Skibrille (Dez/Jan nur für Menschen mit empfindlichen Augen)
- Ski- oder Trekkingjacke (winddicht, wasserfest)
- Trekking- und Tourenhosen sind besser geeignet als Jeans, Skihose falls vorhanden
- Pullover und Fleecejacken
- T-Shirts und Hemden
- Funktionsunterwäsche (Kunstfaser oder Merino)
- Unterwäsche
- Skisocken, dicke Socken, Strümpfe (am besten aus Wolle)
- Fingerhandschuhe und dicke Fäustlinge zum Drüberziehen (Fäustlinge bieten weniger Angriffsfläche und sind daher wärmer)
- Schal, Tuch oder Buff
- Wintermütze, Stirnband, evtl. Sturmhaube
- 1 Paar gefütterte Winterstiefel (ggf. mit Innenschuh oder Isoliersohle)
- 1 Paar (warme) Schuhe zum Wechseln (Wanderschuhe o.ä., optional)
- Crocs, Flipflops oder Badelatschen (für Sauna/Hausschuhe)

- Arbeitshandschuhe (ggf. gefüttert)
- Gamaschen/Stulpen (optional)
- Schlafanzug

Körperpflege

- Handtücher, ggf. Saunahandtuch
- Sonnen- und Lippenchutz (wasserfrei)
- Shampoo und Seife (möglichst biologisch abbaubar)
- Zahnbürste und Zahnpasta
- Kamm oder Bürste
- Deo
- Taschentücher
- Creme und/oder Bodylotion (z.B. Haut- & Kindercreme von Kaufmann: <https://www.kaufmanns-creme.de/produkte.php> da OHNE Wasser)
- ggf. Rasierzeug, persönliche Hygieneprodukte

Leihausrüstung (bitte vorab bestellen, zahlbar vor Ort)

- kl. Handtuch und gr. Badehandtuch zusammen 10 €
- Bettdecke mit Bettwäsche zum Preis von 25 €
- Bademantel für die Sauna zum Preis von 20 Euro, Größe L & S, bitte Größe angeben.
- Gefütterte Winterstiefel von Kamik (Frontrange) mit herausnehmbarem Innenschuh, Damenschuhe in Größe 6 (36/37) bis 10 (41) und Herrenschuhe in Größe 7 (39/40) bis 13 (47). 20 €
- Gefütterte Winterstiefel von Kamik (Frontrange) mit herausnehmbarem Innenschuh, Kinderschuhe in Größe 31-35 10 €

Ausrüstung, die gekauft werden kann, falls ihr keine dabei habt

- Stirnlampen ab 25 € (nur im Notfall, bitte von zu Hause mitbringen)