

Audreys Packliste (nicht ultraleicht, nicht ultimativ, nicht perfekt)

Klamotten		Körperpflege	für 2 Wochen	Sonstiges	
2 Sporttops Kurzarm		Deo 50ml	reicht für 2x täglich 14 Tage	Wanderstöcke	
2 Shirts Langarm	Sportklamotten	Duschgel 60ml		Handy & Ladekabel	
1 Shirt Langarm	Merino	Shampoo 60ml		Powerbank	
1 Schlaftop	Luxus	Kinderbürste		(Taschen)Messer	
2 Wanderhosen (zipbar)	im Sommer reicht eine	Zahnbürste		Stirnlampe	
1 Leggings	bei Kälte	Zahnpasta 25ml		Mini-Rucksack	oder Stoffbeutel für Abends
1 Schlafshorts	Luxus	Tagescreme 5ml		Trinkflasche 0,5 mit breitem Gewinde	auffüllbar an kleinen Waschbecken
2 Paar Merinowandersocken		Nachtcreme 5ml		1L PET Flasche + Trinkschlauch	
1 Paar normale Socken		Sonnencreme 50ml		Spork	Messer-Gabel-Löffel in einem
3 Slips		Abschminktücher		Trillerpfeife	
1 Sport BH		Rasierschaum 50ml		Reiseführer	
1 normaler BH		1 Einwegrasierer		Notizbuch & Kuli	
Wanderschuhe	Trailrunner	3 Haargummis	am Rucksack festmachen	Nadel & Garn	
Turnschuhe	Trailrunner	Oropax		Paketschnur 1 Meter	als Wäscheleine, Gürtel etc
Flipflops	falls Gemeinschaftsbäder	Labello		Sicherheitsnadeln	Wäscheklammern, reparieren
2 Bandanas	Stirnband, Mütze, Schlafen	Mascara	Luxus	Karabinerhaken	
Kappe	statt Sonnenbrille	Eyelinier	Luxus	Alu-Sitzunterlage	Luxus, leider geil
Wind-/Regenjacke	bin kein Poncho-Freund	Mininagellack	Luxus	Bauchtasche & Minibörse	um Unterlagen / Geld zu verteilen
120l Müllsack mit Schlitz	Regenhosen-Ersatz	Mikrofaserhandtuch klein & groß	bei Hotels reicht ein kleines	Rucksack-Regenschutz	
Kapuzenpulli	Herbst/Winter	Rei 50ml		Müllsack 120 L (multifunktion)	Sitzunterlage, Notfallregenschutz
Softshelljacke	Herbst/Winter	ein paar Lagen Klopapier	täglich neu mitnehmen	Instant-Kaffee	3 Stück (falls gar nix geht)
Bikini	im Sommer			Traubenzucker, Pickup, Müsliriegel etc	

Schlafen	falls erforderlich
Schlafsack	
Schlafsack-Inlay	reicht je nach Jahreszeit
Mini-Kissen	Luxus

Medizin	
Hirschtalgcreme 100ml	
Nagelschere	
Hansaplast	
Compeed Blasenpflaster	
Kopfschmerztabletten	6 Stück
Grippostad	6 Stück
Pflaster	versch. Größen
Desinfektionstücher	3 Stück
Herpes-Creme, Compeed	
Nasenspray	
Taschentücher	2 Pakete
Voltaren	
Zeckenzange	je nach Gebiet
Feile	
Autan / Mückenstift	
persönliche Medikamente	
Brausetabletten	