



Summer Camp 2019

### **Packliste Schloss Kröchlendorff**

Wenn du für Outward Bound packst, dann ist es gut sich daran zu erinnern, dass du dich für eine spannende Zeit draußen in der Natur vorbereitest. Packe deswegen besonders funktionelle Kleidung ein, die atmungsaktiv ist und dich warm hält (achte auf Funktion, Mode wirkt hier nachteilig!). Selbst im Sommer können die Abende und Nächte draußen etwas frisch sein. Schichten sind das A & O: es ist besser mehrere Lagen übereinander zu ziehen, als nur eine dicke Schicht zu tragen („Zwiebel“-Prinzip).

- Ausgefüllter Medizinischer Auskunftsbogen + Anmeldeformular (vorher)
- Versicherungskarte (Kopie, gern auch vorher)
- Regenjacke/ Poncho (sei gegen Regen gewappnet)
- Regenhose (optional)
- Nicht-Wolle Außenschicht (Jacke)
- Kurze und lange bequeme Hosen (schnell trockned, kann schmutzig werden, wenn möglich keine Jeans!)
- Freizeitbekleidung
- 2 warme Pullover (am besten Funktionskleidung)
- Schnell trocknende T-Shirts, Funktionshemden
- Wandersocken
- Warme Unterwäsche (auch im Sommer kann es frisch werden!)
- Handtücher (1 kleines/ 1 mittleres) und Waschtasche
- Badeanzug/ -hoses
- Wanderschuhe oder solide (Sport-) Schuhe für Ein- und Mehrtagestouren
- Turnschuhe, die nass werden dürfen
- Freizeitschuhe/ Flip Flops/ Sandalen
- Sonnencreme, Sonnenhut/ Schirmmütze
- Wasserflasche (1 Liter\*)
- Schüssel/ Teller, Tasse, Besteck (leicht, für Campings)\*\*\*
- Kopfleuchte oder kleine Taschenlampe
- Schreibheft und Stift
- Persönliche Medikamente: bitte informieren Sie uns über notwendige Medikamente.
- Rucksack 30 - 50L \*\*\*
- Tagesrucksack 15 - 20L
- Schlafsack und Isomatte \*\*\*
- Musikinstrumente/ Spiele (optional)
- Blasenpflaster (optional)
- Sicherheitsband für Brille, Kontaktlinsen (option)
- Wir empfehlen elektronische Geräte zuhause zu lassen.

\* Eine 1 Liter Nalgeneflasche (für heiße/ kalte Getränke, 10,-) sowie eine Brotbüchse (2,50) können in unserem Outward Bound Shop vor Ort erworben werden

\*\*\* Outward Bound kann diese Ausrüstung zur Verfügung stellen. Die Ausleihe des Schlafsackes kostet 6,-€. Bitte geben Sie uns im Voraus Bescheid. Danke!