



OUTWARD BOUND
GERMANY

Ausrüstungsliste Baad – erlebnispädagogisches Winterprogramm

* Dreiteilige Bettwäsche kann gegen eine Gebühr von 6 Euro ausgeliehen werden.
Handtücher sind nicht ausleihbar!

**** Es besteht die Möglichkeit, dem Programminhalt entsprechend, Bergschuhe, Schlafsack, Schneeschuhe, Langlaufausrüstung und Rucksack (45l – 60l) kostenlos auszuleihen.**

Wir empfehlen vorhandenes, eigenes Material mitzubringen, denn erfahrungsgemäß entspricht das eigene Material den persönlichen Bedürfnissen am besten. – „Kein Schuh passt besser als der eigene...“.

Deine Ausrüstung:	Eingepackt
Dreiteilige Bettwäsche	*
Rucksack (ca. 45l-60l)	**
Bergschuhe Kategorie B/C! (Bitte Kategorie überprüfen, Schuhe mit zu weicher Sohle können nicht verwendet werden. Im Zweifel lieber bei uns ausleihen statt kaufen!)	**
Handtuch	
Tagesrucksack	
Skijacke oder Anorak (wasserabweisend)	
Regenjacke	
Skihose	
Schnelltrocknende lange Hose (z.B. Wanderhose)	
2 warme Pullover (am besten Fleece)	
T-Shirts, Longsleeve	
Mütze, Schal und Handschuhe	
Warme Unterwäsche (z.B. Skiunterwäsche)	
Leichte Schuhe für drinnen (Hausschuhe)	
2x hohe Wandersocken / Skisocken	
Skibrille	
Sonnenbrille, Sonnencreme !!	
Trinkflasche mind. 1 Liter (Plastik, Metall...- Kein Glas!)	
1-2 Brotdosen (sind für das Mittagessen wichtig: eine Dose für Brot, eine Dose für Gemüse/Obst)	
Kamera (Handys sind im Kurs nicht verwendbar)	
Taschenlampe/Stirnlampe	
Ersatzbrille/Kontaktlinsen	
Krankenversicherungskarte und Personalausweis	
Kulturbeutel & notwendige pers. Medikamente	
Blasenpflaster	
Armbanduhr / Wecker	
Schreibzeug, Spiele & Musikinstrumente	Kannst du gerne mitbringen

Viel Spaß beim Packen! Wir freuen uns auf Dich! Dein Outward Bound – Team!