

Tabelle 1: Ausrüstungsliste für eine 4-tägige Hüttenwanderung in den Alpen

| Ausrüstungsgegenstand | Kategorie | Anzahl | Gewicht (ca.) in g | Rucksackgewicht | Optional? | Kommentar |
|-----------------------------------|--------------|--------|--------------------|-----------------|---------------------------------|-------------------------------|
| Total | | | (x Anzahl) | | | Gewicht ohne optionale Sachen |
| Plastikbeutel für Müll | Ausrüstung | 3 | 0 | 0 | | |
| Rucksack | Ausrüstung | 1 | 2000 | am Körper | | |
| Stirnlampe | Ausrüstung | 1 | 100 | 100 | | |
| Stöcke | Ausrüstung | 1 paar | 500 | 500 | | |
| Wanderschuhe | Ausrüstung | 1 paar | 1800 | am Körper | | |
| Alpenvereinsausweis | Dokumente | 1 | 2.5 | 2.5 | | |
| Bahncard | Dokumente | 1 | 5 | 5 | | |
| EC/Kreditkarte | Dokumente | - | 5 | 5 | | |
| Führerschein | Dokumente | - | 5 | 5 | | |
| Geld | Dokumente | - | 0 | 0 | | |
| Krankenkassenkarte | Dokumente | 1 | 5 | 5 | | |
| Perso | Dokumente | 1 | 5 | 5 | | |
| (Blasen-)Pflaster, Medikamente | Hygiene | - | ? | ? | | |
| (Outdoor-)Seife / Shampoo | Hygiene | 1 | 50 | 50 | | |
| Handtuch (schnelltrockend) | Hygiene | 1 | 25 | 25 | | |
| Klopapier | Hygiene | 1 | 100 | 100 | | |
| Weitere Hygieneartikel | Hygiene | - | ? | ? | | |
| Zahnbürste | Hygiene | 1 | 25 | 25 | | |
| Zahnpasta | Hygiene | 1 | 50 | 50 | | |
| Fleece | Kleidung | 1 | 250 | 250 | | |
| Handschuhe | Kleidung | 1 paar | 50 | 50 | | |
| Hose (möglichst Zip-Hose) | Kleidung | 1 | 500 | am Körper | | |
| Langärmliges Shirt | Kleidung | 1 | 150 | 150 | | |
| Muetze | Kleidung | 1 | 70 | 70 | | |
| Schal / Halswärmer | Kleidung | 1 | 40 | 40 | | |
| Schlappen für Hütte | Kleidung | 1 | 250 | 250 | | |
| Socken | Kleidung | 0 | 400 | 300 | | |
| Sonnenhut | Kleidung | 1 | 60 | 60 | | |
| T-Shirt | Kleidung | 3 | 560 | 420 | | |
| Unterhosen | Kleidung | 4 | 200 | 150 | | |
| Müsliriegel, Studentenfutter etc. | Nahrung | - | 1600 | 1600 | Annahme 400g pro Tag und Person | |
| Trinksack | Nahrung | 1 | 200 | 200 | | |
| Wasser (ca. 2.5 Liter) | Nahrung | - | 2500 | 2500 | | |
| Wasserflasche | Nahrung | 1 | 200 | 200 | | |
| Landkarte | Orientierung | - | 0 | | Nur 1 pro Gruppe notwendig | |
| Regenhose | Regenschutz | 1 | 350 | 350 | | |
| Regenjacke | Regenschutz | 1 | 700 | 700 | | |
| Rucksackschutzsack | Regenschutz | 1 | 150 | 150 | | |
| Hüttenschlafsack | Schlafen | 1 | 450 | 450 | | |
| Ohropax | Schlafen | 1 paar | 25 | 25 | | |

| Ausrüstungsgegenstand | Kategorie | Anzahl | Gewicht (ca.) in g | Rucksackgewicht | Optional? | Kommentar |
|--------------------------|--------------|------------|--------------------|-----------------|-----------|----------------------------------|
| Total | | (x Anzahl) | | | | Gewicht ohne optionale Sachen |
| Handy | Schutz | 1 | 150 | 150 | | |
| Sonnebrille | Schutz | 1 | 30 | 30 | | |
| Sonnencreme | Schutz | 1 | 200 | 200 | | |
| Ersatzschnürsenkel | Sonstiges | 1 | 20 | 20 | | |
| Kamera Ersatzakku | Sonstiges | 1 | 100 | 100 | | |
| Buch | Unterhaltung | 1 | 200 | 200 | | |
| Kamera | Unterhaltung | 1 | 300 | 300 | | |
| Gepäckkarabiner | Ausrüstung | 2 | 30 | | Optional | |
| Isomatte | Ausrüstung | - | 500 | | Optional | Nur 1 pro 3/4 Personen notwendig |
| Packriemen | Ausrüstung | 2 | 60 | | Optional | |
| Hose (kurz) | Kleidung | 1 | | | Optional | |
| Becher | Kochen | 1 | | | Optional | |
| Gaskartusche / Benzin | Kochen | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Gaskocher / Benzinkocher | Kochen | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Kaffee | Kochen | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Topf | Kochen | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Milchpulver | Nahrung | 1 | 250 | 250 | Optional | |
| GPS | Orientierung | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Gamaschen | Schutz | 1 paar | 300 | | Optional | |
| 1. Hilfe Set | Sicherheit | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Bandschlinge | Sicherheit | 1 | 40 | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Helm | Sicherheit | 1 | 360 | | Optional | Kletterpartien |
| Karabiner | Sicherheit | 2 | 80 | | Optional | Nur 2 x pro Gruppe |
| Klettergürtel | Sicherheit | 1 | 500 | | Optional | Kletterpartien |
| Klettersteigset | Sicherheit | 1 | 400 | | Optional | Kletterpartien |
| Handyaufladegerät | Sonstiges | 1 | | | Optional | Für längere Wanderungen |
| Kameraaufladegerät | Sonstiges | 1 | | | Optional | Für längere Wanderungen |
| Kartenspiel | Unterhaltung | 1 | | | Optional | |
| Notizbuch | Unterhaltung | 1 | | | Optional | |
| Stift | Unterhaltung | 1 | | | Optional | |
| Tape | Werkzeug | 1 | | | Optional | |
| Taschenmesser | Werkzeug | 1 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Panzertape | Werkzeug | | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |
| Kabelbinder | Werkzeug | 2-3 | | | Optional | Nur 1 x pro Gruppe |