AmbleGo
Go your own way

TAGESWANDERUNG

Gut vorbereitet auf den Weg

Deine Checkliste für einen entspannten Wandertag.

Kreuze an, was zu deiner Wanderung passt. Auf Papier oder digital. Passe dein Gepäck an Dauer, Strecke und Wetter an.

Route: _____ Datum: _____

Was du trägst

- ☐ Schuhe und Wandersocken, die du bereits bequem getragen hast.
- ☐ Bequeme Kleidung, passend zu Temperatur und Gelände.
- ☐ Bei Sonne: Mütze oder Hut und Sonnenschutz; bei Kälte: warme Accessoires.

Was mitkommt

- ☐ Wasser und etwas zu essen für unterwegs.
- ☐ Regenschutz und eine zusätzliche Schicht gegen Wind oder Auskühlung.
- ☐ Ein geladenes Telefon und eine zugängliche Route oder Karte.
- ☐ Bankkarte, etwas Bargeld und Ausweis.
- ☐ Ein kleines Erste-Hilfe-Set und persönliche Dinge.
- ☐ Taschentücher und ein Beutel für deinen eigenen Abfall.

Kurz vor dem Start

- ☐ Wetter und mögliche Streckenänderungen geprüft.
- ☐ Trinkwasser, Rastmöglichkeiten und Rückfahrt geklärt.
- ☐ Rucksack eingestellt und nur das Nötige eingepackt.

Je nach Tour ebenfalls praktisch

Powerbank mit Kabel, Zeckenzange, Sitzunterlage oder Wanderstöcke.

AmbleGo
Go your own way

LANGE TOUR

Ein langer Tag unterwegs

Ergänzung zur Basisliste, auch für deine Kennedy-Mars-Vorbereitung.

Nutze diese Seite zusammen mit der Basisliste. Prüfe bei Veranstaltungen immer die aktuellen Teilnehmerinformationen.

Besonders wichtig bei deiner Ausrüstung

- [ ] Rucksack, Schuhe, Socken und Kleidung beim Training ausprobiert.
- [ ] Ersatzsocken und eine zusätzliche Schicht wasserdicht verpackt.
- [ ] Essen und Trinken auf die Abstände zwischen Verpflegungsstellen abgestimmt.
- [ ] Geladene Powerbank und passendes Ladekabel eingepackt.
- [ ] Beleuchtung und reflektierende Ausrüstung für Wege im Dunkeln dabei.
- [ ] Persönliche Medikamente und bewährte Pflegeartikel eingepackt.

Für den Veranstaltungstag

- [ ] Startnachweis oder Teilnehmerkarte samt erforderlicher Bestätigung dabei.
- [ ] Startort, Startzeit und Regeln für deine Distanz geprüft.
- [ ] Offizielle Strecke und praktische Informationen verfügbar.
- [ ] Fahrt zum Start und Rückfahrt nach Hause organisiert.
- [ ] Absprachen mit Wanderpartner oder Abholperson getroffen.

Was möchtest du außerdem mitnehmen?

Kennedy-Mars Sittard

Der Veranstalter empfiehlt gut sichtbare, möglichst reflektierende Kleidung. Prüfe die aktuellen Teilnehmerinformationen auf kennedymars.org.

Praktische Grundlage: Wandelnet, „Wandeluitrusting, wat neem je mee?“
Veranstaltungshinweis: Kennedy-Mars Sittard, „Lopen in het donker“.

Diese AmbleGo-Packliste ergänzt die offiziellen Teilnehmerinformationen.