



## Packliste für die Wüstentour

Diese Ausrüstungsliste ist bei meinen Touren in der Sahara entstanden. Wir sind dankbar für Ergänzungen und Hinweise

### Ausrüstung

- Reisetasche  
flexibel keine festen Taschen oder Koffer
- Tagesrucksack mit ca. 20l-30l mit Wasserblase (2-3 L)
- Zusätzliche Wasserflaschen (robust)
- Zelt freistehend, (Sandheringe, am besten Stofftaschen die man mit Sand füllen kann) wenn du nicht im freien Übernachten magst  
<https://military.eu/de/p/mil-tec/mil-tec-iglu-super-2-personen-zelt-olive-60748>
- Schlafsack (dem Temperaturbereich der Wüste entsprechend -5 Grad Komfort ist ideal)  
<https://military.eu/de/p/fjord-nansen/fjord-nansen-trondeland-mid-olive-drab-2000-g-schlafsack-linker-1186944>
- Isomatte  
<https://military.eu/de/p/alpinus/alpinus-adrspach-selbstaufblasende-matte-m-anthrazit-2838720>
- Stirnlampe + Ersatzbatterien  
<https://military.eu/de/p/mil-tec/mil-tec-gc220-stirnlampe-black-220-lumen-832168>
- Messer, kann auch für das Essen verwendet werden

### Küche & Geschirr (eigenes Geschirr)

- Feuerzeug + Streichhölzer (wasserdicht verpackt)
- Tasse / Schüssel oder einen tiefen Teller  
<https://military.eu/de/p/mil-tec/mil-tec-stahlschussel-15-3-x-5-7-cm-1071042>
- Besteck (Messer/Gabel/Löffel)  
<https://military.eu/de/p/badger-outdoor/badger-outdoor-5in1-hiker-spork-63097>
- Schneidebrett (klein, optional)
- Schwamm und Geschirrtuch
- Stoffbeutel ( zum Aufbewahren deiner Küchenutensilien)
- Müllbeutel (alles wieder mitnehmen!)

### Kleidung

- Atmungsaktive, leichte Kleidung für den Tag ( Baumwolle oder Merinowolle, Leinen) bitte keine Sportklamotten.
- Lange Ärmel + lange Hose (Sonnenschutz)
- Leichte Daunen- oder Fleecejacke (Nächte sind oft kalt)
- Windjacke



- Kopfbedeckung mit Nackenschutz, die meisten kaufen sich einen Sesch (Kopfbedeckung der Beduinen)
- Sonnenbrille wer eine braucht ich trage nie eine
- Halstuch / Buff
- Unterwäsche + Socken (Merino ideal)
- Ersatzkleidung für die Nacht
- Badehose falls wir in eine Oase kommen oder im Hotelpool
- Dünne Handschuhe (optional)
- Feste, eingelaufene Wanderschuhe
- Sandgamaschen (gegen eindringenden Sand) Du kannst auch alte lange Socken nehmen dann den Fußteil abschneiden und unten einschneiden und einen Steg machen. Hält auch super lange.

### Hygiene

- Toilettenpapier (2 Rollen reichen meist aus für zwei Wochen)
- Zahnbürste + Zahnpasta
- Kleines Handtuch oder Reisehandtuch

### Navigation & Sicherheit

- Kompass
- Powerbank, wer Strom für die Kamera oder Handy braucht
- Handy + Notfallkontakte gespeichert
- Signalpfeife
- Notfalldecke (Gold/Alu Decke aus dem Erste Hilfe Kasten)
- Kleines erste-Hilfe-Set (inkl. Blasenpflaster) was du so brauchst
- Medikamente die du benötigst( jeder ist für sich verantwortlich)
- Kleiner Reparatursatz (Panzertape, Kabelbinder, Nähzeug)
- Karte, GPS-Gerät oder Offline-Karten am Handy, nur wenn du es für dich magst.

**Wir gehen alles gemeinsam mit den Beduinen.**

### Besondere Wüsten-Herausforderungen

- Leichte Schuhe/Schlappen fürs Camp
- Mehrlagige Verpackung für Elektronik gegen Sand(verschleißbare Einfrierbeutel sind super)
- Socken für die Elektrogeräte guter Sandschutz wer kein Plastik mag oder fürs GPS

### Verpflegung

- Energieriegel, wenn du das für dich brauchst. Wir werden gut Verpflegt es gibt auch immer Datteln.



## Dokumente & Sonstiges

- Reisepass bitte immer auf die Gültigkeit achten
- Visum (falls das aus deinem Land nötig ist)
- Krankenversicherungskarte, Auslandskrankenschutz ( wird empfohlen)
- Bargeld ( auch das Geld für die Beduinen nicht vergessen)
- Notizen / Stift
- Kamera (optional)