Kleidung für Deinen Jakobsweg:

- ☐ 2x Trekkinghose, verkürzbar
- ☐ 1x Shorts bzw. kurze Hose
- ☐ 1x Outdoor-Hemd Bluse
- ☐ 2x T-Shirts: lang, kurz
- ☐ 1x Fleecepullover
- ☐ 1x Regenjacke
- ☐ ggf. Regengamaschen/Hosen
- ☐ 3x Unterwäsche
- ☐ 3x Wandersocken
- ☐ 1x Wanderstiefel
- ☐ 1x Wandersandalen
- ☐ 1x Hut oder Cap
- ☐ 1x Sonnenbrille
- ☐ 1x Gürtel
- ☐ 1x Reisehandtuch

Ausrüstung für Deinen Jakobsweg:

- ☐ 1x Wanderrucksack
- ☐ 1x Schlafsack
- ☐ 1x Notizbüchlein+Kugeli
- ☐ 6x Büroklammer
- ☐ 2x Sicherheitsnadel
- ☐ 1x Handy incl. Ladegerät
- ☐ 1x Taschenmesser
- ☐ 1x Traubenzucker
- ☐ ggf. Photo incl. Ladegerät
- ☐ ggf. Wanderstöcke
- ☐ ggf. Isomatte
- ☐ ggf. Ohrenstöpsel

Kulturtasche Jakobsweg:

- ☐ Zahnbürste
- ☐ Zahnpasta
- ☐ Deodorant
- ☐ Duschgel
- ☐ Hirschtalg
- ☐ Hansaplast Tape
- ☐ Sonnencreme
- ☐ Persönliche Medikamente
- ☐ ggf. Blasenpflaster/ Nadel/ Tape für Blasen
- ☐ ggf. Gesichtscreme
- ☐ ggf. Schminkutensilien
- ☐ ggf. Haarbürste
- ☐ ggf. Nassrasierer
- ☐ ggf. Kontaktlinsenbehälter
- ☐ ggf. Linsen-Pflegemittel

Dokumente für Deinen Jakobsweg:

- ☐ gültiger Personalausweis
- ☐ gültige EC- bzw.Kreditkarte
- ☐ gültige Krankenversicherungskarte
- ☐ Zug- Bzw.Flugtickets
- ☐ Buchungsunterlagen

Dein Rucksack sollte max.7-10kg wiegen.

Bei ultraleicht Material ist 5-6 kg möglich.

„ - nimm weniger mit -

und davon die Hälfte! “