

Packliste

Diese Packliste soll dir dabei helfen, an alle wichtigen Dinge zu denken, die du benötigst, um eine unvergessliche Woche in Fontainebleau zu erleben. Ergänze die Liste um Dinge, die für dich persönlich wichtig sind und streiche einfach, was du nicht brauchst.

Camping

- Zelt und Zubehör, z. B. Zeltunterlage
- Hammer für Heringe
- Iso-Matte oder Luftmatratze
- Schlafsack + Kopfkissen
- faltstuhl oder Picknick-Decke
- Wäscheleine und Wäscheklammern

Kochen

- Campingkocher + Kochgeschirr + Gas
- Feuerzeug
- Espresso-Kocher
- Kochlöffel, Pfannenwender
- Tasse oder Becher
- Teller, Müsli-Schale, ...
- Messer, Gabel, Löffel, ...
- Schneidmesser und Schneidbrett
- Spülmittel, Spülbürste und Küchenhandtuch
- Müllbeutel
- Dichtschließende Dose o. ä. zum Aufbewahren von Lebensmitteln

Kochen

- Kaffee, Tee
- Müsli + haltbare Milch/Soja-Drink o. ä.
- Nüsse, getrocknetes Obst
- Honig, Nuss-Nougat-Creme
- Nudeln + Nudelsoße oder Pesto
- Salz + Gewürze
- Kleine Flasche Öl

Bekleidung

- Trainingsbekleidung: Sowohl lange als auch kurze Hosen
- Trainingsschuhe
- Regenjacke
- Warmer Pullover oder Fleece für abends/nachts
- Lange Hose und dicke Socken gegen Mücken für abends/nachts
- Handtücher (zum duschen und schwimmen im Fluss)
- Badelatschen zum duschen
- Badehose und/oder Schwimm-Shorts

Training

- Rucksack
- Wasserflasche(n) (Erfahrungswert: mindestens 2 Liter)
- Sonnenschutz: Sonnencreme + Kopfbedeckung
- Erste-Hilfe-Set (mindestens Pflaster + Sport-Tape + sterile Wundauflagen/Mullbinden)
- Feuchtes Klopapier (es gibt keine Toiletten mitten im Wald 😊)
- Taschenmesser
- Sonnenbrille

Entdecken/wandern

- Wanderkarte (IGN 2417 OT Forêts de Fontainebleau Wanderkarte 1:25.000)
- Kompass

Technik

- Handy
- Handytasche wasserdicht
- Ladekabel + Powerbank
- Kopfhörer oder In-ears
- Taschenlampe oder Stirnlampe, ggf. Ersatz-Batterien

Reiseapotheke

- Mücken-Repellent + Salbe für Mückenstiche
- Wund- und Heilsalbe
- Zeckenzange

