



Ausrüstung für den Wald

Rucksack

- Gut sitzender, der Körpergrösse angepasster Rucksack
- Trinkflasche (im Winter Isolierflasche oder Flasche in isolierender Hülle)
- Essgeschirr (Teller oder Schale) und Besteck in einem Plastiksack
- Wer möchte, etwas zum Bräteln (wir machen immer ein Feuer)
Wir kochen immer ein warmes, vegetarisches Mittagessen!
- Taschentücher
- Ersatzwindeln
- Feuchter Waschlappen in Plastiksäckchen

Kleidung

Sommer

- geschlossene wasserdichte Schuhe, Wanderschuhe od. Trekkingschuhe, Kniesocken,
- Sonnenhut/Kopfbedeckung
- lange Hose
- leichtes Hemd oder T-Shirt mit **langen** Ärmeln
- Evt. Regenkleider
- Sonnenschutzmittel / Zeckenschutzmittel bitte im Voraus Zuhause auftragen

Winter

- gefütterte, warme, **wasserdichte** Schuhe
- **Zwiebellook**: Thermo-Unterwäsche, Rollkragenpulli, Faserpelz/Wollpulli etc., die letzte Schicht muss **wasserdicht** sein. Regenjacke, gute Winterjacke, Regen hose (unter die Regen hose einfach Leggings und Trainer hose)
- Skianzug bei Schnee **und** Nässe (wenn möglich 2-teilig -> erleichtert den WC-Gang)
- warme Mütze und Schal
- warme Handschuhe (im Rucksack zusätzlich ein paar Ersatz-Handschuhe **und** Fingerhandschuhe (siehe „Elternmerkblatt Kälte“))

Übergangszeiten

- Zwiebellook (T-Shirt mit **langen** Ärmeln, Pulli, Faserpelz, wasserdichte Jacke, Regen hose)
- bei kühlem, nassem Wetter mehrere Paar Handschuhe & Kappe
- bei Regenwetter Gummistiefel oder wasserdichte, feste Schuhe
- Wir empfehlen auch während den Übergangszeiten immer eine Kopfbedeckung zu tragen (Zeckenschutz)!

ACHTUNG: Im Wald ist es während des ganzen Jahres etwas kühler!

Zeckenschutz/Mückenschutz

Die Kleider sind der beste Schutz: Kniesocken, langärmelige T-Shirts, Hut, geschlossene Schuhe, Hosen in die Socken.

(siehe „Merkblatt Zecken & Fuchsbandwurm“, sowie „Test Zeckenspray“)