

Checkliste: Planung einer Wanderung

Die Ausrüstung

- warme Kleidung und Regenschutz
- Handschuhe und Mütze (bei längeren Touren oberhalb von etwa 2500 Metern über Meer)
- bequeme, gut eingelaufene Wanderschuhe
- bequemer Rucksack mit gepolstertem Hüftgurt
- eventuell Trekkingstöcke
- Sonnencreme, Sonnenbrille, Sonnenhut
- ausreichend Proviant
- genügend Getränke (ungesüsster Tee), vor allem bei Wandertouren abseits von Einkehrmöglichkeiten und in grösserer Höhe
- Kartenmaterial (auch für Ausweichrouten)
- Routenbeschreibung/Wanderführer
- Fahrpläne für Hin- und Rückweg
- Taschenmesser
- kleine Taschenlampe
- Notapotheke
- WC-Papier und Papiertaschentücher
- Mobiltelefon mit voll geladenem Akku
- Geld, Abonnemente, Billette
- eventuell GPS-Gerät mit voll geladenem Akku

Die Route

- Wer kommt mit?
- Wie steht es um Erfahrung und Kondition der Teilnehmer?
- Wie lange darf die Laufzeit maximal sein und wie hoch der Schwierigkeitsgrad?
- Wie lange dauert die Tour mit und ohne Pausen?
- Wie viele Höhenmeter sind zu überwinden?
- Wie ist die Beschaffenheit der Wege?
- Ist die Route ausgeschildert?
- Sind besondere Schwierigkeiten zu erwarten (exponierter Weg, Bachquerung, nicht signalisierter Abschnitt, Schneefeld)?
- Welche Ausweichrouten und Abkürzungen sind möglich?
- Wie sind die Wetteraussichten?
- Bei wem deponiere ich bei einem Alleingang die Route?