

Packliste für unsere Feriensportwochen

Lieber Teilnehmer, liebe Eltern,

diese Packliste soll euch dabei helfen, die richtigen Dinge auf eine Feriensportwoche mitzunehmen und unnötige Gegenstände zu Hause zu lassen.

Die hier aufgelisteten Gegenstände solltet Ihr unbedingt mitnehmen, damit die Fahrt bzw. Tour erfolgreich ablaufen kann.

In jedem Fall gilt jedoch die **Packliste im Infoheft**, das jeder Teilnehmer vier Wochen vor Beginn der Feriensportwoche erhält.

Die allgemeine Packliste ist für alle Feriensportwochen (Ausnahme – Schwimmcamps) gleich.

Weiter unten steht, bei welchen Fahrten Ihr eine spezielle Ausrüstung braucht.

ALLGEMEINE PACKLISTE

Kleidung:

Zwei T-Shirts, zwei Pullis, Regenjacke oder wasserfeste Jacke, zwei Hosen (im Sommer: lange und kurze), feste Wanderschuhe (eingelaufene), Sportschuhe als Ersatz, pro Tag 1x Unterwäsche, Socken, Badesachen (für Frei- und Hallenbad), Kopfbedeckung (Hut oder Tuch)

Zum Waschen:

Handtuch, Badetuch, Waschlappen, Deo, Seife, Zahnputzzeug, Haarbürste oder Kamm, Duschgel, Shampoo, Sonnencreme, Reisewaschmittel (z.B. Re... in der Tube)

Zum Schlafen:

Trainingsanzug (Schlafanzug ist meistens zu dünn), Schlafsack, Isomatte (Luftmatratze oder Feldbett sind besser).

Für Turnierübernachtungen sind nur ein Schlafsack und eine Isomatte nötig.

Zum Essen:

Teller und Tasse/Becher (Plastik), Besteck, Schwamm, Geschirrhandtuch

Sonstiges:

Krankenkassenkarte, Personalausweis, kleiner Tagesrucksack, Taschenlampe, Taschenmesser, Schreibzeug, Liederbücher, Trinkflasche (mindestens 1 Liter), Brotdose, Taschengeld, Medikamente (falls nötig), Kamera, Filme, Instrumente (z.B. Gitarre), Selbstverpflegung für die Hinfahrt

Auch, wenn das nach viel aussieht: Das alles passt problemlos in einen ca. 60 Liter fassenden Wanderrucksack.

Vor allem bei den Wandertouren solltet Ihr nur so viel mitnehmen, wie Ihr auch tragen könnt.

Reisetaschen, Rollkoffer sind bei Wander- und Kanutouren unbedingt zu Hause zu lassen, weil Ihr mit ihnen nicht wandern könnt!

SPEZIELLE AUSTRÜSTUNG

Alle Auslandsfahrten:

Auslandskrankenschein, gültiger Reisepass bzw. Kinderausweis

Was brauche ich für eine Kanutour?*

Luftige und warme Kleidung (Pullis und T-Shirts), da es tagsüber zwar sehr warm ist, nachts aber kalt werden kann, alte Sportschuhe oder Badeschlappen zum Kanu fahren (Schuhe, die nass werden können und schnell wieder trocknen)

Für Tagestouren:

- Wechselklamotten (wasserdicht verpacken)
- Regenjacke / Regenhose (mindestens winddicht, besser auch wasserdicht)
- Mückenmittel
- Sonnenbrille
- Kopfbedeckung
- Sonnencreme/-hut
- Handtuch

zusätzlich für mehrtägige Gepäckfahrten:

- Schlafsack (wasserdicht verpacken)
- Zeltausrüstung (vor Fahrtbeginn auf Vollständigkeit überprüfen! Probe aufbauen)
- Isomatten / Luftmatratze
- Taschenlampe
- Feuerzeug
- Kulturbeutel
- evtl. Gummistiefel

Tipps:

Als zusätzliche wasserdichte Verpackung (außer den von uns gestellten Tonnen und Packsäcken) für Wechselklamotten eignen sich besonders gut spezielle Packsäcke aus dem Fachhandel. Rucksäcke sind nicht geeignet.

Wer nicht vorhat, öfters Kanutouren zu unternehmen, der kommt für eine Fahrt auch mit Müllsäcken aus.

Die Packbeutel sind nicht zu groß zu wählen, da sie sonst schlecht ins Boot passen. Besser geeignet sind mehrere kleine, besonders bei Fahrten mit dem Kajak.

Die Boote sind ausgestattet:

je Person: ein Paddel, eine Schwimmweste, ein wasserdichter Packsack

je Kanadier: eine Gepäcktonne

Ski und Snowboardcamp:

- Ski- oder Schneeanzug,
- eigene Ski bzw. eigenes Snowboard
- eigene Skischuhe
- evtl. Skiwachs

DAS BLEIBT ZU HAUSE:

Leichtes Schuhwerk wie Ballerinas oder Schuhe mit Absatz.

Chucks, Vans oder Flip Flops bitte nur als ergänzende Sport- oder Badeschuhe mitnehmen.

Feste Wanderschuhe sind ein absolutes Muss!

Elektronische Geräte wie Handy, MP3-Player, Gameboy, Walkman etc.

Bitte verzichtet darauf, ein Handy mitzunehmen!

Auf den meisten Fahrten ist es schwierig bis unmöglich, das Handy aufzuladen (gleiches gilt für Digitalkameras).

Zudem verfügt jeder Betreuer über ein Handy, mit dem er im Notfall Hilfe rufen und sich mit den Eltern bzw. mit dem Sportverein in Verbindung setzen kann.

Generell gilt:

Wenn Eure Eltern während der Freizeit nichts von uns hören, geht es Euch gut!

Bei Fragen stehen wir Euch gerne unter der Telefonnummer 0163 / 266 679 9 zur Verfügung.

Falls Euch noch Ausrüstungsgegenstände fehlen, könnt Ihr sie z.B. über einen Ausrüster bestellen:

Kontakt:

on tour

Trekking- und Outdoorspezialist

Inh. Bernd Schlak

Heilgeiststraße 91

18439 Stralsund

Telefon: 03831 703 959

Fax: 03831 666 045

Email: on_tour@web.de

WWW: <http://www.ontour-stralsund.de>