

Herbstlager & Winterlager (im Haus)

Diese Ausrüstungsgegenstände bilden mit Ausnahme der Hausschuhe die Basis für alle Guideslager.

- großer Rucksack (kein Koffer oder Tragetasche)
- Schlafsack
- Regenjacke
- Regen hose
- Bergschuhe (über den Knöchel -- Timberlands sind keine Bergschuhe!)
- Sportschuhe
- Gummistiefel
- sportliche Bekleidung
- Kopfbedeckung
- Hausschuhe
- Socken (mind. so viele Paare wie Tage)
- Unterhosen
- T- Shirts
- Pullover
- Haube und Handschuhe
- Uniform (Hemd, Halstuch, evtl. Hut, evtl. Pulli)
- Joker und Ablegekarten
- Taschenmesser (Schneidlänge maximal so lang wie Handbreite)
- Taschenlampe (Kopflampe empfohlen)
- Essgeschirr (mind. 2 tiefe Teller, Metall und mit Griff empfohlen)
- mind. ein Geschirrtuch
- großer Becher (mind. 250ml mit Griff, Metall empfohlen)
- Trinkflasche (mind. 1 Liter, Metall empfohlen)

Pfingstlager (im Zelt)

Alle Ausrüstungsgegenstände die für das Herbstlager mitzunehmen sind plus:

- Isomatte
- Ersatzbatterien für die Taschenlampe
- Sonnenschutz (Kappe, Sonnencreme)
- Badeanzug/Bikini
- Handtuch
- Hüttenschlafsack (nur bei Bergwanderungen)
- Tupperware (für 1x Portion Mittagessen)

Sommerlager (im Zelt)

Alle Ausrüstungsgegenstände die für das Herbst- und Pfingstlager mitzunehmen sind plus:

- Kleiner Rucksack für Wanderungen
- Buch zum lesen für extrem regnerische Tage

Übernachtung auf Berghütte

- Hüttenschlafsack
- Alpenvereinsausweis (wenn vorhanden)

Bitte nicht mitnehmen

- Mobiltelefon
- MP3 Player/iPod
- Süßigkeiten

Besteck-Tipps

- Für das Lager reicht ein normales Essbesteck aus Metall. Am besten du nimmst ein Besteck mit markanter Optik, dadurch verringert sich die Verwechslungsgefahr. Auch ein zusammensteckbares Campingbesteck eignet sich.
- Plastikbesteck oder Kombilösungen, wo Gabel/Messer/Löffel (z.B. Spork) gleichzeitig verwendet werden können, eignen sich nur für Wanderlager.
- Von Taschenmessern, in denen das Besteck integriert ist, raten wir ab, da diese nur schwer zu reinigen sind.
- Achte darauf, alle Besteckteile gut und permanent (zB mit Nagellack) mit deinem Namen zu beschriften.

Isomatte/Unterlagsmatte-Tipps

Es gibt 2 Arten von Unterlagsmatten:

- Isoliermatten (günstig & leicht)
- aufblasbare Matten (teurer, schwerer, aber bequemer)

Ob du dich für eine Iso- oder aufblasbare Matte hängt davon ab, wieviel Geld du ausgeben möchtest. Beide Arten von Unterlagsmatten sind für das Lager geeignet, da sie die Kälte des Bodens abhalten und für eine warme Nacht sorgen.

- Luftmatratzen sind fürs Schlafen im Freien ungeeignet, da sie so gut wie gar nicht isolieren. Auch auf einer Yogamatte wird es im Zelt kalt und ungemütlich.
- Oft gibt es Hüllen oder Riemen zum Verstauen der Matten. Bitte kontrolliere, ob du deine Matte selbständig in die vorgesehene Hülle hineinbekommst, denn die diese Hüllen sind oft zu knapp bemessen.
- Tipp zum Verstauen: Aufblasbare Matten sollten ausgerollt und mit offenem Ventil gelagert werden, damit die Ausdehnungsfähigkeit des Füllmaterials erhalten bleibt.

Schlafsack-Tipps

Die Füllung eines Schlafsacks ist nicht nur eine Kostenfrage: Daunenfüllungen halten am besten warm, sind aber natürlich teurer als andere Füllungen und haben den Nachteil, wenn dieser einmal feucht geworden ist, dann braucht es lange zum Trocknen. Wir empfehlen einen Schlafsack mit Mumienform (der nach unten hin enger wird), einer Komfortzone knapp um Null herum und eventuell einen Hüttenschlafsack, der innen zusätzlich wärmt. Nächstens kann es auch Minusgrade haben.