

Die Packliste für den Jakobsweg

Allgemeines:

| | |
|----------------------------------|---------|
| - Rucksack | 1.600 g |
| - Schlafsack | 1.300 g |
| - Isomatte | 300 g |
| - BW-Regenponcho | 900 g |
| - 1 Leinenbeutel (zum Einkaufen) | 100 g |
| - Taschenlampe | 200 g |
| Teilsumme des Gewichtes | 4.400 g |

Kleidung im Rucksack:

| | |
|---|---------|
| - 1 leichte Regenjacke | 200 g |
| - 1 dicker Pullover | 500 g |
| - 1 lange Cargohose | 800 g |
| - 2 Handtücher und 1 Waschlappen | 400 g |
| - 3 Taschentücher | 50 g |
| - 2 Unterhosen ohne Gummizug im Schritt | 100 g |
| - 2 Funktions-Shirts | 150 g |
| - 2 Paar Socken | 100 g |
| - 1 Paar feste Sandalen | 600 g |
| Teilsumme des Gewichtes | 2.900 g |

Kulturgebeutel:

| | |
|---|---------|
| - Seife in Plastikdose, Zahnpasta, Zahnbürste | 200 g |
| - Sicherheitsnadeln, 1 Nähnadel, Garn | 100 g |
| - Heftpflaster, kl. Schere, Elastoplast, Kopfschmerztabletten | 250 g |
| - Sonnenschutzmittel | 200 g |
| - 2 Kniebandagen | 50 g |
| - 1 Packung Mineralientabletten | 100 g |
| - Ersatzbrille | 180 g |
| - Rei in der Tube | 300 g |
| - Fußbalsam | 300 g |
| - Ohrenstöpsel | 20 g |
| - Mückenstift | 30 g |
| - 3m Schnur (als Wäscheleine) | 50 g |
| - 4 Plastikwäscheklammern | 20 g |
| Teilsumme des Gewichtes | 1.800 g |

Essen und Trinken:

| | |
|--|-------|
| - Plastikteller, Tasse, Löffel | 200 g |
| - Taschenmesser mit Korkenzieher, Flaschenöffner | 300 g |
| - 2 Plastikflaschen a 3/4 l (ohne Inhalt) | 100 g |
| - 1 Rolle Toilettenspender | 50 g |
| - 2 Packungen Papiertaschentücher | 50 g |
| Teilsumme des Gewichtes | 700 g |

Schreiben und Lesen:

| | |
|-----------------------------------|--------------|
| - Umhängetasche | 300 g |
| - Wanderführer | 150 g |
| - Karten (= Kopien zum Wegwerfen) | 50 g |
| - Bleistift, Kugelschreiber | 50 g |
| - Radiergummi, Bleistiftanspitzer | 20 g |
| - Etwas Briefpapier, Postkarten | 20 g |
| - 1 kleines Notizbuch | 50 g |
| - 1 Wörterbuch | 110 g |
| Teilsumme des Gewichtes | 650 g |
| Gesamtgewicht: | ca. 10.450 g |

Zusätzlich sind noch die Ess- und Trinkvorräte (z.B. Wasser) vom Gewicht mit einzuplanen. Viel wird man nicht dauernd tragen wollen: Nach alter Pfadfinderweisheit sind Vorräte sowieso am leichtesten im Magen zu transportieren. Aber bei vielen Refugios gibt es keine Möglichkeit, Verpflegung zu kaufen. Insgesamt gehen wir von etwa 11-12 kg für den Rucksack samt Vorräten aus. Außerdem war noch eine Kamera mit auf der Pilgerung.