



## Was nehme ich zum Wandern mit?

Wandern und Bergsteigen sind vielseitige Sportarten. Auf unserer Alm reichen die Möglichkeiten vom einfachen Spazieren über gemütliches Wandern oder mäßiges Bergsteigen bis hin zum extremen Klettern auf dem Klettersteig mit Schwierigkeitsgrad C.

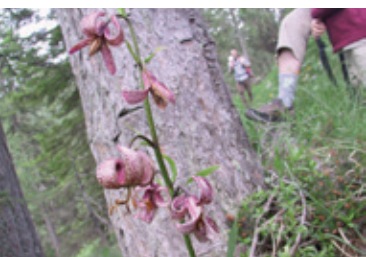
Mit der Checkliste fürs Wandern können Sie für sich abhaken, ob Sie bei der Zusammenstellung Ihrer Wanderausrüstung alles bedacht haben und für welche Dinge im Rucksack noch Platz sein sollte.

## Rucksack gepackt? - Na dann nichts wie los ...

- Rucksack - für Erwachsene und für das Kind.
- Wanderschuhe zu beachten: griffige Sohle, guter Halt für den Fuß und wenn möglich bis über den Knöchel um Verstauchungen vorzubeugen.
- Trinkflaschen – für Wasser bzw. Wandertee
- Jausenbox – wir haben vor Ort auch Plastiktüten, jedoch der Umwelt zuliebe wäre eine Box vor zu ziehen.
- Sonnencreme und Aftersun, Lippenbalsam
- Taschentücher
- Wundsalbe
- kleine Pflaster, vor allem für Kinder um kleine Schrammen schnell verschwinden zu lassen.
- eventuell Blasenpflaster, vor allem bei neuen Wanderschuhen.
- Badesachen dazu Badehandtuch (die Handtücher in den Zimmern sind nicht für Outdoor gedacht)
- Kopfbedeckung
- Regenschutz (ist gleichzeitig auch Windschutz am Berg)
- warme Kleidung (z.B. Fleecejacke oder –pulli, kann man auch direkt unter der Regenhaut anziehen)
- eventuell Wanderstöcke
- Fotoapparat - für die schönen Erinnerungsfotos

Je nach Lust und Laune:

- Wanderkarte - für die Bestimmung der umliegenden Berge (Diese ist auch auf der Hütte käuflich erwerbbar)
- Bestimmungsbücher - für unseren riesigen Alpengarten
- Fernglas
- Lupe
- Taschenlampe



Berggasthof Hollhaus  
Alm 1 · 8982 Tauplitz  
Tel.: +43 (0) 3688 / 2302  
Fax:+43 (0) 3688 / 23024  
E-Mail: [info@hollhaus.at](mailto:info@hollhaus.at)  
[www.hollhaus.at](http://www.hollhaus.at)

