

## **Bitte mitnehmen:**

- Wasserdichtes Zelt (evtl. mit Unterlegplane)
- Isomatte, Luftmatratze / Liege, Schlafsack, Decke und Kissen (Nächte sind kalt!)
- Klappstuhl
- Unterwäsche (Bitte zum Wechseln!)
- Socken (auch dicke Wollsocken für frostige Nächte und lange Feldzüge)
- T-Shirts (kann man gar nicht genügend dabei haben)
- Kurze Hose / Turnhose
- Lange Hose (wichtig für Geländespiele) / Jogginganzug
- Sweat-Shirt / dicker Pulli
- Turnschuhe (und Ersatzschuhe)
- Badekleidung + Handtuch
- Kopfbedeckung (als Regen-, Sonnen- und Insektenschutz)
- Regenausrüstung (Jacke und Gummistiefel)
- Waschzeug / Hygieneartikel (Handtuch, Seife, Zahnputzzeug etc.)
- Sonnencreme + Insektenschutz (z.B. Autan), benötigte Medikamente
- Tiefer Teller, Tasse, Messer, Gabel, Löffel und Geschirrtuch
- Taschenlampe und Ersatzbatterien
- Bücher, Comics, Liederbuch (Querbeet) etc.
- Spiele (z.B. Karten, Brettspiele, Volleyball, Fußball, Diabolo usw.)
- Krankenkassenkarte
- Etwas Geld, höchstens 15 € (in der Regel wird keines benötigt)

## **Bitte daheim lassen:**

- × Handy (eh schlechter Empfang im Lager)
- × Andere elektronische Geräte (stören nur die Gemeinschaft)
- × Süßigkeiten und Softdrinks (locken nur Ungeziefer ins Zelt)
- × Alkoholische Getränke