



## WAS ALLES MIT INS GEPÄCK MUSS...

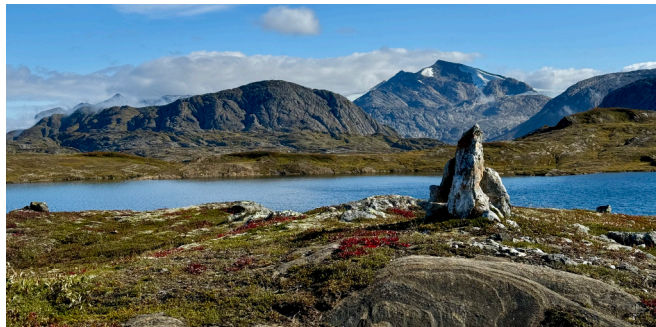


### Lebensmittel / Kochen

- Kocher + Brennstoff
- Sturmfeuerzeug, gefüllt
- Messer + Feuerstein als Backup
- Wasserfilter (Trink-/Kochwasser)
- Trinkflasche (mit Gewinde!)
- Kaffeekanne, Kaffee, Milch, Zucker
- Ess-Sets
- Kochbare Nahrung/Brotzeit
- Ausreichend Flüssigkeit
- Brotzeit/Snacks

### Fotografie / Drohne

- Smartphone-Knipse (Akku geladen)
- Digitale Spiegelreflexkamera + Ersatzakku
- Passende Objektive (Tele, Weitwinkel)
- Passende Filter (Skylight, Polfilter)
- GoPro, Rucksackhalterung, Akkus
- Insta360, Teleskopstab, Akkus, Linsenschutz
- Wasserdichte Fototasche
- Mikrofon für DSLR, DJI Mic
- Drohne, Fernsteuerung, Akkus
- Drohnenführerschein
- Fernglas
- Stativ



## CHECKLISTE HIKING

SKANDINAVIEN

[Nordlandcamper.de](http://Nordlandcamper.de)



GOOD TOUR!

# WAS ALLES MIT INS GEPÄCK MUSS...

## Bekleidung und Basis-Equipment

- Rucksack
- Wechsel-T-Shirt
- dünne Funktionsjacke
- Regenjacke (wasserabweisend)
- Poncho (wasserdicht)
- Wanderschuhe
- Funktionssocken
- Handschuhe (je nach Jahreszeit)
- Mütze
- Trecking-Stöcke
- Sitzkissen
- Stirnlampe
- Taschenmesser

## Navigation und Erste Hilfe

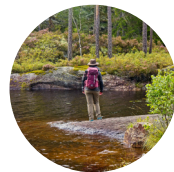
### Navigation:

- Smartphone mit geladenem Akku
- Offline-Karte auf das Gerät geladen.
- GPS-Handgerät mit Ersatz-Akkus
- GPS-Track der geplanten Route offline
- Eventuell Satelliten-Notrufgerät

### Erste Hilfe:

- Erste-Hilfe-Set
- Notbiwak (für 1 oder 2 Personen)
- Alternativ Silberfolie zum Warmhalten
- Tape (Fixierung bei Bänderriss)
- Fallschirmschnur als Allzweck-Tool

Tipp: Qualitäts-Akkus benutzen, z.B. von Eneloop.



## Vorsicht beim Hiking im hohen Norden

Das Wetter kann schnell sehr rau werden, es kann ganzjährig schneien. Nebel und Schnee kann die Sicht sehr schnell trüben. Das Gelände ist oft schwierig zu begehen. Sorge für Wärme, gute Ausrüstung, sichere Navigation und ausreichend Proviant. Überschätze Dich nicht! Beachte regionale Feuerverbote.



## Wo kannst Du im Notfall Hilfe bekommen?

**Norwegen:** Polizei: 112, Feuerwehr: 110, Rettungsdienst: 113

**Schweden:** Polizei, Feuerwehr, Rettungsdienst: 112



**Nordlandcamper.de**

Besuche uns auch auf Instagram unter  
[@nordlandcamper.de](https://www.instagram.com/nordlandcamper.de)