



Franz Miltenburg

Avenida Francia 13

35100 Playa del Inglés (Gran
Canaria)

Spanien

www.DiscoveryGranCanaria.com

info@DiscoveryGranCanaria.com

WANDERAUSRÜSTUNG

Im Sinne der Sicherheit und einer ungetrübten Wanderfreude sei hier folgendes empfohlen:

- Tragefreundlicher Tagesrucksack
 - Sportliche Kleidung (Zip-Hose zum Verkürzen bzw. Verlängern)
 - Festes Schuhwerk mit ausreichendem Sohlenprofil (evtl. knöchelhoch zum Schutz der Sprunggelenke und Bänder)
 - Windjacke, bzw. Anorak
 - Leichter Pullover (ja, es kann in den Bergen ausnahmsweise auch kalt werden)
 - Sonnenbrille
 - Kopfbedeckung
 - Sonnenschutzmittel
 - WC-Papier
 - kleines Handtuch
 - Kamera
 - Geld für Einkehr
 - Trinkwasser (mindestens 1,5L)
 - Proviant
 - Kleiner 1. Hilfe Verbandskasten (Wandern ohne Gepäck)
 - Kartenhalter für den Hals (Wandern ohne Gepäck)
 - Kleine Taschenlampe oder Stirnlampe (Wandern ohne Gepäck)
 - Trillerpfeife (Wandern ohne Gepäck)
-und viel gute Laune!