

# Packliste Jakobsweg (zu Fuß)

Das Motto lautet: „So wenig wie möglich, so viel wie nötig!“

Deshalb sollte die Ausrüstung gut und sorgfältig gewählt werden. Glaub mir, du möchtest es nicht erleben, mit Rückenschmerzen durch die Gluthitze von Gallizien zu pilgern!

Bei einigen Artikeln ist ein so genannter Affiliate-Link hinterlegt, durch die ich eine kleine Provision erhalte. Für dich ändert sich dadurch nichts.

## Kleidung

- Unterwäsche
- [Wandersocken](#)
- [Fleecepullover](#)
- [Regenhose](#)
- [Regenjacke](#)
- Hut
- [Funktionstuch](#) (Buff)
- Badehose / Bikini
- Flip Flops
- Wanderschuhe

## Gesundheit

- [Erste-Hilfe-Set](#)
- [Notfallbiwak](#)
- Schmerztabletten
- Pflaster
- Wunddesinfektion
- Wund- und Heilsalbe
- [Kopfkissen \(!\)](#)
- 
- 
- 

## Dokumente

- Ausweis
- Bargeld/Visakarte
- Pilgerausweis
- Versicherungskarte
- Telefonnummern
- [Kartenmaterial](#)
- GPS-Daten
- [Pilgertagebuch](#)
- 
- 

## Hygiene

- Sonnencreme
- Rei in der Tube
- Zahnbürste & Zahnpasta
- [Handtuch](#)
- Haarbürste
- Menstruationsprodukte
- Deo
- Seife für Haut und Haar
- Ohrstöpsel (!)
- Toilettenpapier

## Elektronik

- [Solar Panel](#)
- Ladekabel (z.B. Handy)
- [Powerbank](#)
- [Stirnlampe](#)
- Ladegerät & Batterien
- [Kamera](#)
- Handy
- [Mehrfachstecker](#)
- 
- 

## Verpflegung

- [Wasserflaschen](#) (2x!)
- Energieriegel
- [Taschenmesser](#)
- [Outdoor-Besteck](#)
- 
-