

Königssee-Rundwanderung

Packliste für das Bergwandern mit Kindern

Der Kinderrucksack sollte je nach Größe des Kindes nicht unter 30, nicht über 40 Liter Volumen haben und möglichst wasserdicht sein. Alternativ gibt es wasserdichte Rucksacküberzieher im Outdoor-Laden zu kaufen. (Wasserdichte ist unbedingt empfehlenswert!)

In jeden Rucksack, aber insbesondere in den Kinderrucksack sollte:

Zu Essen:

- 1 Packung geschnittenes Brot in einer festen Brotdose (!!)
 - eine Packung geschnittene Wurst und/oder Käse in einer Brotdose.
- (Nicht in Originalverpackungen, sondern in Brotdosen mitnehmen! Sonst kann man das Brot gleich wegwerfen und der Belag ist verkrümelte!)
- Eine (weitere, also leere) Brotdose (für ggf. beim Frühstück nicht gegessene Brote),
 - eine Wasserflasche (oder auch einfach eine feste Pfandflasche) und
 - eine Stahl-Thermoskanne.
 - 10 Teebeutel (Auch diese sinnvoller Weise in einer kleinen Dose!),
 - Salamistangen (wegen der Würzigkeit mitunter sehr beliebt, unter allen Kindern geteilt und dadurch sehr schnell weg),
 - 3 bis 5 Tafeln Lieblings-Schokolade (Nervennahrung!),
 - 2 Packungen Lieblings-Kekse und
 - 10 Müsliriegel.
 - Eine Mülltüte. (Man kann auch auf den Hütten keinen Müll zurücklassen! Aus pädagogischen Gründen sollte jeder seine eigene Mülltüte dabei haben. Abnehmen kann man den Kindern ihren Müll letztlich dennoch.)

Für die Hütte:

- Hüttenschlafsack (Gibt es relativ günstig aus Baumwolle in jedem Outdoor-Laden. Normale Schlafsäcke sind zu voluminös und zu schwer. Woldecken gibt es reichlich auf jeder Hütte!),
- leichte Hausschuhe (unbedingt mit wasserfester Sohle, z.B. Ballettschuhe sind ideal, aber Schlappen sind auch OK),
- eine leichte Jogginghose,
- ein kleines, leichtes Kuscheltier (Mitunter kann das sehr wichtig sein!),
- ein kleines (!!)
- ein kleines (!!)
- Handtuch,
- Zahnbürste und
- ggf. Ohrenstöpsel/Oropax (gegen Schnarcher auf der Hütte).

Zum Laufen (teils im Rucksack, teils angezogen):

- 1 Paar Bergschuhe:
Feste, hohe Turnschuhe reichen für das Hochgebirge nicht! Die Verletzungsgefahr ist zu groß. Auch wenn Bergschuhe wirklich teuer sind und oft kommendes Jahr nicht mehr passen, müssen es wirkliche (Kinder-)Bergschuhe aus dem Outdoor-Laden sein.
- Eine Hose (Nicht enge Jeans sind völlig OK, Outdoor-Hosen (möglichst mit abnehmbaren Beinen) sind besser! Baumwoll-Jogginghosen eignen sich nicht, da sie sich bei Regen zu stark vollsaugen und zu schwer werden.) und
- eine Wechselhose.
- Ein Paar Wandersocken (Sitzen besser am Fuß und im Schuh als normale Socken!) und
- ein Paar Wechselsocken (möglichst, aber nicht zwingend Wandersocken).
- 2 bis 5 Unterhosen (je nach individuellem Hygienebedürfnis) und
- 3 bis 4 T-shirts (wenn vorhanden Funktionskleidung/Trikots (trocknen schnell, auch auf der Haut), sonst auch Baumwolle).
- 1 warmer und ein leichter Pullover, möglichst einer davon ein Faserpelz (Fleece).
- Regenhose und Regen-/Windjacke,
- dünne Handschuhe und Mütze/Stirnband sowie
- – falls regelmäßig und gerne genutzt – eine Sonnenbrille und irgendeine Kopfbedeckung (gegen Sonne und/oder Nieselregen).
- Stöcke sollten größenverstellbar sein (Damit sie jeweils für den Aufstieg, den Abstieg und das Verstauen seitlich am Rucksack verstellt werden können.), sind aber keinesfalls notwendig. (Mehr als der Hälfte der Kinder würde ich ohnehin keine Stöcke mitgeben, weil man sonst zu oft zu viele Stöcke selbst tragen muss.)

Für den Notfall:

- Informationen für den Notfall:
 - Notfall-Handynummer,
 - Impfungen,
 - Anweisungen für kleinere medizinische Hilfe (Tetanus-Impfung, Versorgung kleinerer Wunden etc.),
 - Krankenkasse (Ich hatte mit „meinen“ Eltern ausgemacht, dass die Krankenkassen-Information reicht, ich aber keine Krankenkassenkarte brauche, weil sie bei größeren medizinischen Eingriffen (gebrochenes Bein etc.) ohnehin selbst kommen würden.),
 - Unverträglichkeiten
 - etc.
- Reisepass oder Personalausweis (Zwar nicht notwendig zum Grenzübertritt, aber ggf. sinnvoll.)

Für Hinterher:

- Ein vollständiger Satz Kleidung einschl. gemütlicher Schuhe (!!) in einer gesonderten Tasche, die im Tal im Auto bleibt (zum Umziehen nach Ende der Tour).

Zudem sollte die Begleitperson für alle dabei haben:

- Zahnpasta und ein Stück Seife sowie
- eine Notfallapotheke mit
 - Pflaster in verschiedenen Größen, sterilen Wundkompressen, Mullbinden, einer elastischen Binde und Klebeband;
 - Thermodecke (Ganz wichtig! Ist sehr leicht und kann im Notfall sehr einfach, aber sehr überzeugend Leben retten!);
 - Wunddesinfektionsmittel;
 - Kopfschmerztabletten mit einem in Dosierung und Art für Kinder tauglichen Wirkstoff) und
 - Sicherheitsnadeln.
 - Falls ein Kind regelmäßig Medikamente einnehmen muss, dürfen die natürlich auch nicht fehlen.
 - Ein Fieberthermometer würde man sicherlich zur Not auf der Hütte bekommen.
- Sonnenschutz (Hoher Schutzfaktor wegen der großen Höhe!) und
- Mückenschutz (Was sanftes (z.B. Anti-Brumm) gegen die kleine Plage sowie die Keule (z.B. Autan) gegen die Invasion.) sowie
- etwas zur Behandlung juckender Mückenstiche.
- Ein Päckchen Taschentücher pro Person. (Auch als Not-Klopapier. Eine Rolle Klopapier ist unhandlich, zerfleddert und wird kaum gebraucht.)
- Kompass und Landkarte (Auch bei der sehr guten Wegbeschilderung bei Nebel zur Orientierung und Einnordung der Karte sehr wichtig!! Achtung: Der Handy-Kompass kann ausfallen, wenn man Nachts keine Steckdose zum Laden gefunden hat!),
- Taschenmesser mit Schere (für Pflaster) und Pinzette (gegen Splitter) und
- Taschenlampe. (Zum Pinkeln gehen in der Nacht. Hierzu immer Abends an einem, mit den Kindern verabredeten Ort ablegen.)
- Kartenspiel (UNO kann jeder!).
- Handy (mit Ladegerät)
Auf den Hütten gibt es zwar wenige, aber doch einzelne 220 V-Steckdosen zum Aufladen. Tagsüber sollte das Handy auf Flugmodus gestellt werden, da es ohnehin meist kein Netz gibt und dadurch nur der Akku sehr schnell leer wird. Für den Notfall sollten die Eltern der Kinder aufgefordert werden, eine SMS zu schreiben. Die kommt dann doch ab und an durch und man kann – meist auch nur per SMS – reagieren. Notfallrettung muss meist über andere Wanderer und die Hütten angestoßen werden.

Meines Erachtens **NICHT** mitnehmen sollten Kinder:

- Taschen-/Schnitz-/Brotmesser (Zu gefährlich! Man kann als Begleitperson nicht immer seine Augen überall haben.)
- Handy, Nintendo etc. (Zu langweilig! Auf jeder Hütte gibt es eine Spielekiste.)
- Schlafanzug (Zu spießig! Braucht kein Mensch! Ist nur schwer!)