

Material und Packliste

Ausrüstung für Hike&Fly

Fliegen:

- Rucksack / Schirm / GZ / NS / Helm / Brille / Apotheke
- Hose / Shirt / Jäggli / warme Jacke / Regenjacke / Handschuhe / Stirnband

Laufen:

- Socken / Laufhose / Shirt / Reserveshirt (je nach Temperatur kurz & lang)
- Runningschuhe fürs Gelände. Besser zwei Paar (Nässe)
- Cap / Stirnband / Stock / Vaseline / Geld- ID / Uhr
- Essen (4 Gels, 3 Riegel, Sandwich, Nüsse) Trinken (1,5l Karbo)

Elektronik:

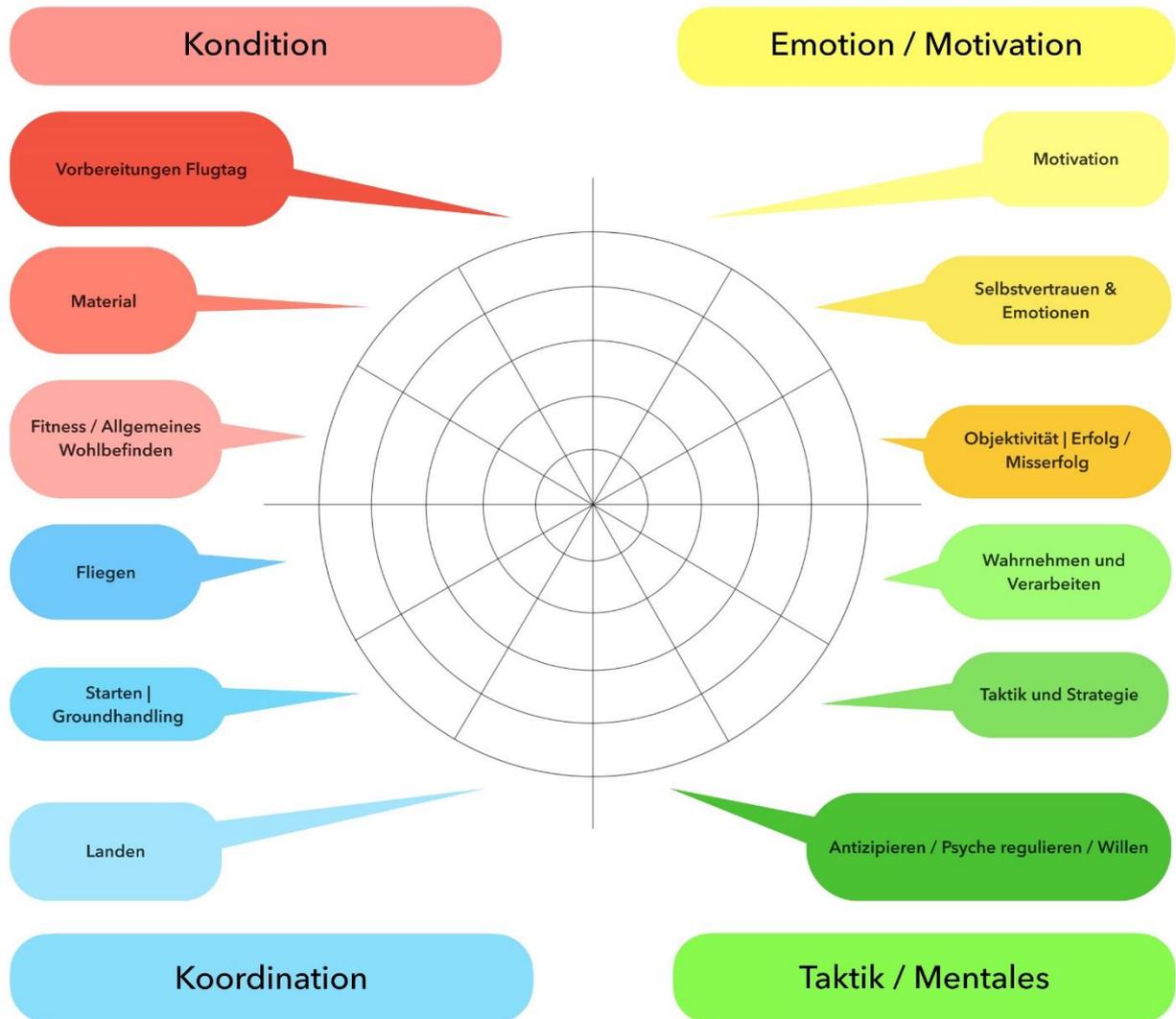
- Vario mit GPS (IGC-Backup) / Telefon mit Apps XCTrack, Flyskyhigh, Komoot, Relief Maps und Swissmap, Zusatzakku 5000 mAh
- ev. SPOT oder Inreach / Uhr

Meine persönliche Ausrüstung

Risiko- und Selbstmanagement



Flugpotenzial



Meine Learnings und Erkenntnisse