



Kleding – Aan-set

- Wandelschoenen
- Wandelsokken
- Ondergoed
- Wandelbroek
- Shirt
- Vest/trui
- Jasje (softshell / windjack)
- Rugzak

Kleding – Mee-set

- Wandelsokken (1 reserve + 1 per dag)
- Regenjas + regenbroek
- Poncho
- Pet / muts
- Ondergoed (1 per dag) ☾
- Broek (dun, voor de avond) ☾
- Shirt (voor de avond) ☾
- Slaapshirt ☾
- Slippers / lichte schoenen ☾

Toiletspullen

- Toilettas
- Hand/voetenzalf en lippenbalsem
- Zonnebrand (SPF 50)
- Persoonlijke medicatie
- Toiletpapier (¼ rol)
- Papieren zakdoekjes
- Handdoek (lichtgewicht)
- Tandborstel + tandpasta ☾
- Deodorant ☾
- Shampoo ☾

Eten + Drinken

- Waterflessen (2x) – ca. 1 tot 1,5 liter
- Lunchpakketje
- Ontbijtkoek (los verpakt) (2x per dag)
- Fruit (bijv. banaan / appel)
- Zoetheid (bijv. dropjes)

EHBO-set

- Blarenpleisters
- Leukoplast
- Pijnstillers
- Tekentang
- Pincet

Diversen

- Portemonnee (Pinpad, ID, contant geld)
- OV-kaart
- Telefoon + lader
- Camera
- Route op papier / wandelgids
- Dagboekje / notitieboekje + pen
- Zonnebril (+ sleeve/koker)
- Afvalzakjes
- Opvouwbare tasjes (3x)
- Zakmes
- Tie-wraps (10 stuks)
- Touw (dun, 2 meter)