

## Informationen zum Pilgerlager auf dem Jakobsweg

### Packliste «zwingend»:

- Bequemer Rucksack (ca. 40 Liter, mit Regenhülle) mit noch etwas Platz für gemeinsames Gepäck.
- Schlafsack/Mätteli (möglichst leicht, wir schlafen im Haus), am Rucksack befestigt.
- Wasserfeste, trittfeste, eingelaufene Wander- oder Trekking-Schuhe.
- Kleider: (zum Teil bereits angezogen)
  - o 1 Hose zum Wandern
  - o 1 Hose für Pause und am Abend
  - o 1 T-Shirt zum Wandern
  - o 1 Wechsel-T-Shirt für unterwegs/am Abend
  - o 1 Pullover
  - o 2 Paar Wandersocken
  - o Wenig Unterwäsche
  - o 1 wasserdicht verpacktes Notfallset: Unterwäsche, T-Shirt
- Trinkflasche(n) ca. 1.5 Liter
- Leichtes (Microfaser-)Badetuch
- Zahnbürste, kleine Zahnpasta, persönliche Medikamente
- Geld/Kreditkarte, GA/Halbtax
- Ausgefülltes Notfallblatt (siehe separates PDF), bei Minderjährigen von Eltern unterschrieben
- Regenjacke und Regenhose (oder Poncho!)

- Sonnenhut
- Kleine Tupperwarebox zur Essensaufbewahrung
- Taschenmesser, Löffel, Gabel
- Taschentücher
- einen Stift zum Schreiben
- ausgefülltes Blatt «Gesundheitskarte» (erhältst du nach der Anmeldung per Mail zugesandt)
- eigene Mundschutzmaske für ÖV-Fahrten

### Packliste «ziemlich nice to have»:

- Pyjama
- Regenhut
- Knirps Schirm (gegen Regen und Sonne)
- Sonnenbrille
- Wanderstöcke
- Badehosen/Badekleid
- Deo
- Handy, Ladekabel
- Je nach Wettervorhersage: Mütze, Halstuch
- Bibel
- Sandalen/Flipflops (für den Abend)
- Blasenpflaster
- Waschlappen (man kann nicht überall duschen)

Du brauchst kein Duschmittel, keine Sonnencreme, kein Zeckenspray. Das teilen wir. Beim Pilgern gilt: «Weniger ist mehr!» - wir sind häufig in der Zivilisation und man sich immer auch noch etwas nachkaufen. Wir werden Wäsche unterwegs mit Handwaschmittel waschen können.

**Etappen:**

<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Kontaktpersonen</b>
26.7.20	Rüti bei Rapperswil, ab 19 Uhr	Danilo Aerne (077 420 19 61)
27.7.20	Rapperswil-Einsiedeln	Danilo Aerne
28.7.20	Einsiedeln -Brunnen	Danilo Aerne
29.7.20	Brunnen-Stans	Danilo Aerne
30.7.20	Stans - Sarnen	Danilo Aerne
31.7.20	Sarnen- Lungern	Danilo Aerne
1.8.20	Lungern-Brienz	Esther Gerber (079 259 43 14)
2.8.20	Brienz- Interlaken	Esther Gerber
3.8.20	Interlaken-Spiez	Esther Gerber
4.8.20	Spiez-Wattenwil	Esther Gerber
5.8.20	Wattenwil-Schwarzenburg	Esther Gerber
6.8.20	Schwarzenburg-Fribourg	Esther Gerber