

## LISTE DER PERSÖNLICHEN AUSTRÜSTUNG

Die vorliegende Liste ist **überkomplett**, aus „**männlicher Sicht**“ verfasst und auf Törns in **kälteren** Revieren bzw. in kälteren Jahreszeiten ausgerichtet. Sie ist den persönlichen Bedürfnissen, der Dauer des Törns und vor allem dem Törngebiet und der Jahreszeit **anzupassen**.

\* \* \* \* \*

### GEPÄCK:

- grosse Reisetasche oder grosser Seesack + Rucksack, oder zwei Reisetaschen; besonders bei Flugreisen hat sich ein Rucksack als Handgepäck bewährt (man hat damit mindestens einen Teil der Ausrüstung immer bei sich!);
- Kleider etc. in div. Plastiksäcken zu handlichen, gut staubaren Päckchen gebündelt mitnehmen (= Ordnung beim Stauen und Schutz vor Feuchtigkeit);
- keine starren Gepäckstücke wie Koffer, massive Gestellrucksäcke o.dgl.

\* \* \* \* \*

### AUSWEISE / GELD / BILLETTE ETC.:

- Pass (nicht bloss ID!)
- Halbtax-Abo
- ev. B-Schein
- ev. Funkerausweis
- ev. Fahrausweis Auto
- ev. Rega-Ausweis
- ev. Impfausweis
- Bahn- / Flugbillette
- ev. internat. verwendbare Telefon-Karte
- Kreditkarte / Reisechecks
- Reservegeld in Schweizerwährung
- Taschengeld in Reisewährung
- Agenda / Adressliste

### SCHLAFEN:

- Schlafsack, ev. mit Schlafsackeinlage
- Trainer / Pyjama o.dgl.
- ev. Kopfkissen
- ev. Fixleintuch

### UNTERWÄSCHE / SOCKEN:

- Unterhosen
- Unterleibchen (ev. auch als T-Shirts verwendbar)
- 1-2 Langarmunterleibchen (Helly Hansen o.dgl.)
- 1-2 Paar lange Unterhosen (Helly Hansen o.dgl.)
- genügend warme Socken für an Bord
- Socken für die Reise und Landgänge
- „Helly Hansen“-Socken (Stiefel, kaltes Wetter)

### HOSEN:

- Hose für Reise und Landgänge
- 1-2 Paar Arbeitshosen für an Bord (Jeans)
- ev. Seglerhose
- ev. Shorts für warme Tage

### PULLOVER / HEMDEN / T-SHIRTS:

- 1-2 Rollkragenpullover
- ev. Pullover für Reise und Landgänge
- 1 Faserpelzjacke oder -pullover
- ev. Arbeitshemden
- div. T-Shirts für warmes Wetter
- Hemd für Reise und Landgänge

### SCHUHE:

- bequeme Schuhe für Reise und Landgänge
- saubere Turnschuhe für an Bord
- saubere Bootsschuhe für an Bord
- ev. gefütterte Stiefel / Moonboots (kaltes Wetter)
- Gummistiefel (vgl. Ölzeug)

### JACKEN:

- (Wind-)Jacke für Reise und Landgänge (auch für trockenes Wetter an Bord)
- Ölzeugjacke (vgl. Ölzeug)

### ÖLZEUG KOMPLETT:

- Ölzeugjacke (ev. mit integriertem Lifebelt)
- Ölzeughose
- ev. Südwester
- Gummistiefel (ev. mit warmer Sohle)

### MÜTZEN / HALSTUCH:

- Wollmütze gegen Kälte
- ev. Schiffermütze gegen Wind
- Sonnenmütze
- ev. Halstuch / Frottéhalstuch (Kälte, Nässe)

### HANDSCHUHE:

- Seglerhandschuhe (Spischoten!)
- warme Fausthandschuhe für kaltes Wetter
- ev. gefütterte Seglerhandschuhe
- ev. weite Gummifausthandschuhe für nasse Tage (als Schutz über normale Handschuhe)

**BADEZEUG:**

- 1-2 Paar Badehosen
- ev. Taucherbrille
- Badetuch (vgl. Waschzeug, Handtücher)

**BRILLEN:**

- sehr gute Sonnenbrille
- Sonnenbrillenaufsatz für Brillenträger
- Brillenband / Ohrenhalter
- Ersatzbrille für Brillenträger

**WASCHZEUG / HANDTÜCHER:**

- 1 Waschlappen
- Frottétücher / Badetuch
- 3 Abtrocknungstücher für die Küche

**TOILETTENARTIKEL:**

- Zahnbürste / Zahnpasta / Zahnhölzli
- Seife
- Shampoo / Duschmittel
- Deodorant / Parfum
- Rasierzeug / After-Shave
- Sonnencreme mit hohem Schutzfaktor
- Lippenstift
- Kamm / Haarbürste
- Nagelschere
- Papiertaschentücher / Taschentücher
- Handcreme
- Fusscreme / -spray
- Insektenschutzmittel
- pers. Medikamente gegen Seekrankheit
- weitere pers. Medikamente,  
z.B.: Augentropfen, Vitamerfen, Aspirin,  
Alka-Selzer, Heftpflaster, Neo-Angina

**SPEZIALAUSRÜSTUNG:**

- wasserdichte Taschenlampe (mit Band zum Tragen um den Hals und ev. mit Blitzleuchte)
- Seglertmesser mit Schäkelöffner
- ev. pers. Signalstifte / pers. Notraketen
- ev. pers. GPS (+ Batterien, Handbuch)
- ev. internat. verwenbares Handy
- ev. pers. Peilkompass
- ev. pers. Fernglas
- ev. pers. Schwimmweste, pers. Lifebelt
- ev. pers. Radioempfänger (KW, UKW, GW: für Empfang von Meteoberichten!)
- ev. Tonband für Aufnahme Meteoberichte
- ev. pers. Navigationsmaterial (Zirkel, Breton etc.)
- ev. Taschenrechner (Kassier!)
- ev. pers. Literatur (Meteo, Yachtbordbuch, Dieselmotoren auf Yachten etc.)
- ev. Meteo-Formulare / Gezeitenformulare
- ev. Unterlagen Astronavigation / Sextant
- ev. Reiseführer für das Törngebiet

**DIVERSES:**

- ev. Wecker
- zuverlässige, wasserfeste Uhr
- ev. Badethermometer
- Ersatzbatterien
- Photoapparat / Videokamera (inkl. Filme etc.)
- ev. Nähzeug
- Schreibzeug
- ev. kl. Regenschirm (Knirps)
- ev. Musik-Kassetten für das Bordtonbandgerät
- ev. Ohropax (zum Schlafen)

**VERPFLEGUNG: (nach Absprache)**

- einige Tafeln Schokolade
- Kaugummi / Fisherman's Friend
- ev. Biberli o.dgl.
- ev. Trockenfleisch für Mittagslunch
- ev. Wein (Skandinavien)
- ev. Kaffee (gemahlen)
- ev. Quick-Soups.

Luzern, 6. März 2001 / Christoph Meier