

Transport	Notizen
<input type="checkbox"/> Fluchrucksack	
<input type="checkbox"/> Gürteltasche	
<input type="checkbox"/> Brustbeutel	

Kleidung in neutralen Farben	Notizen
<input type="checkbox"/> Mehrlagige Kleidung bereits angezogen	
<input type="checkbox"/> wasserdichte Wanderschuhe	
<input type="checkbox"/> Regenponcho	
<input type="checkbox"/> Arbeitshandschuhe	
<input type="checkbox"/> wasserdicht verpackte Wechselkleidung	
<input type="checkbox"/> Mundschutz / Staubmasken	

Unterschlupf	Notizen
<input type="checkbox"/> Schlafsack	
<input type="checkbox"/> Tarp / Ultraleicht-Zelt	
<input type="checkbox"/> Isomatte	
<input type="checkbox"/> Biwacksack	

Trinkwasser Transport und Aufbereitung	Notizen
<input type="checkbox"/> Feldflasche mit Tragesystem	
<input type="checkbox"/> Nalgene Flasche, Faltflasche	
<input type="checkbox"/> Entkeimungstabletten	
<input type="checkbox"/> Wasserfilter	

Wasser und Nahrung	Notizen
<input type="checkbox"/> pro Person 3 Liter Trinkwasser	
<input type="checkbox"/> Dehydrierte Nahrung	
<input type="checkbox"/> Schnellgerichte	
<input type="checkbox"/> BW Notfallration / Überlebensration	

Kochgeschirr / Behälter	Notizen
<input type="checkbox"/> Campingkocher	
<input type="checkbox"/> Gaskartuschen	
<input type="checkbox"/> Camping Kochgeschirr	
<input type="checkbox"/> Spork	

Erste Hilfe	Notizen
<input type="checkbox"/> Erste-Hilfe-Set	
<input type="checkbox"/> persönliche Medikamente	
<input type="checkbox"/> Antibiotika	
<input type="checkbox"/> Kohletabletten	
<input type="checkbox"/> steriles Nähzeug	
<input type="checkbox"/> Entzündungshemmer	
<input type="checkbox"/> Heilsalbe	
<input type="checkbox"/> Schmerztabletten	
<input type="checkbox"/> SOS Kapsel	
<input type="checkbox"/> Überlebensfolie / Rettungsdecke	
<input type="checkbox"/> Sicherheitsnadeln	
<input type="checkbox"/> Jod, Desinfektionsmittel	

Wasser und Nahrung	Notizen
<input type="checkbox"/> pro Person 3 Liter Trinkwasser	
<input type="checkbox"/> Dehydrierte Nahrung	
<input type="checkbox"/> Schnellgerichte	
<input type="checkbox"/> BW Notfallration / Überlebensration	

Orientierung / Kommunikation	Notizen
<input type="checkbox"/> Powerbank / Ladegerät	
<input type="checkbox"/> Kurbelradio	
<input type="checkbox"/> Handy	
<input type="checkbox"/> Karte	
<input type="checkbox"/> Kompass	
<input type="checkbox"/> Taschenlampe	
<input type="checkbox"/> Signalpfeife	
<input type="checkbox"/> Signalspiegel	
<input type="checkbox"/> Kopfband für die kleine Taschenlampe	
<input type="checkbox"/> Monokular	
<input type="checkbox"/> Uhr	
<input type="checkbox"/> Draht, als Notantenne verwendbar	

Werkzeuge / Sonstiges	Notizen
<input type="checkbox"/> Messer	
<input type="checkbox"/> Multitool	
<input type="checkbox"/> Basic Survivalkit	
<input type="checkbox"/> Survival-Taschenbuch	
<input type="checkbox"/> ca. 20 m Paracord	
<input type="checkbox"/> ca. 10 m Panzerband	

<input type="checkbox"/> Angel-Set	
<input type="checkbox"/> Schreibzeug (Notizbuch, Bleistift)	
<input type="checkbox"/> alle Dokumente original + Kopie	
<input type="checkbox"/> wasserfeste Dokumentenhülle	
<input type="checkbox"/> Reise-Nähset	
<input type="checkbox"/> Bargeld in kleinen Scheinen	
<input type="checkbox"/> Sonnenbrille, Lesebrille, Ersatzbrille	

Feuer	Notizen
<input type="checkbox"/> Sturmfeuerzeug	
<input type="checkbox"/> Feuerstahl	
<input type="checkbox"/> Wasserfeste Streichhölzer	
<input type="checkbox"/> Zunder	

Hygiene	Notizen
<input type="checkbox"/> Zahnbürste	
<input type="checkbox"/> Zahncreme	
<input type="checkbox"/> Toilettenpapier	
<input type="checkbox"/> Rasierzeug	
<input type="checkbox"/> Tampons	
<input type="checkbox"/> Kernseife	
<input type="checkbox"/> Zip-Beutel	
<input type="checkbox"/> Papiertaschentücher	
<input type="checkbox"/> Mikrofaser Reisehandtücher	



