

Gut gerüstet für den Wald

Mein Rucksack

- Wasserdicht, vorne verschliessbar

In meinem Rucksack

- Waldspielgruppen Handtuch-Waschlappen (sauber und im Plastiksack)
- Regenjacke und Regenhose, wasserdicht
- 2. Paar Handschuhe im Winter
- 1 paar dünne Handschuhe (ganzes Jahr)
- Für den Winter ev. Handwärmer zum Knicken

Meine Kleidung – Sommer

- Strapazierfähige, lange Hosen und langärmeliges T-Shirt bzw. Pullover
- Gute, wasserdichte, hohe Schuhe – bei viel Nässe gefütterte Gummistiefel
- Ungeschützte Hautstellen eincremen (Sonnenschutz)
- Sonnenhut
- Als Zeckenschutz kann man die Socken über die Hosen ziehen
- Von Frühling bis Herbst Zeckenschutzmittel ein sprayen (beginnt manchmal schon im Februar und endet im November)

Meine Kleidung – Winter

- Zwiebel-Look: viele, dünne Schichten Kleidung übereinander
- Spezielle Sportunterwäsche – äusserste Schicht wasserdicht, darunter Faserpelz
- Leggings oder abgeschnittene Strumpfhosen (so lassen sich kalte oder nasse Füsse einfacher behandeln)
- Regenhose bilden den Beinschutz, Latzhose über den Faserpelz anziehen
- Gefütterte, wasserdichte Schuhe mit gutem Profil, Isoliersohlen, gross genug um zwei paar locker sitzenden Socken Platz zu geben
- Warme, wasserdichte Handschuhe, bequeme Mütze (via Kopf geht viel Wärme verloren)

«und jetzt viel Spass beim Walderlebnis!»

Unsere Tipps:

- Rucksack, Kleidungsstücke, welche ausgezogen werden können anschreiben
- Vieles findet man in der Landi, gute Artikel gibt's auch beim Aldi, Lidl, Decathlon, Tchibo, Migros oder Coop