

FRAX Packliste 2010

Rucksack:	Modell:	Gewicht:
1 Rucksack	Deuter Transalp 30	1300g
-----	-----	-----
3 Zip Beutel	Noname	25 g
Kleidung:	Gesamt: 1235g	
2 Unterhosen	Noname	120 g
1 T-Shirt	Icebreaker	170 g
1 Socken	X-Socks	30 g
1 Fleece	Jack Wolfskin	280 g
1 Abendhose (lang)	Nike	480 g
1 Flip Flops	Teva	160g
1 Mütze	The North Face	45 g
1 Regen hose	Noname	210 g
1 Regenjacke		
1 Gore Socken		85 g
1 Windjacke	Montane	110 g
Hygiene:	Gesamt: 1690 g	
1 Handtuch	FineWell	100 g
1 Duschzeug	SebaMed	
Zahnbürste	Noname	10 g
Zahnpasta	Aronal	30 g
-----	-----	-----
1 Bürste	Noname	40 g
Blasenpflaster		20 g
2 Mullkompressen		50 g
Bepanthen	Bebanthen	15 g
Sonnencreme	30er	75 g
Vitamintablette		20 g
Rei aus der Tube	Rei ?!	60 g
Sonstiges:	Gesamt: 555 g	
1 Stirnlampe	Petzl elite	48 g
Handy+Akkus	Nokia	200 g
Ladegerät	Nokia	50 g
Karten/Infos	Eigendrucke	230 g
1 Tempos	Lidl	40 g
1 Hüttenschlafsack	Meru Seideninlett	110 g
Geld+etc.	Euro+Perso	100 g
Essen:	Gesamt: 778 g	
6 Riegel	KA	300 g
4 Müsliriegel	Mr Tom	120 g
10 Trinkpulver	Xenofit	110 g
Aufm Rücken:	Gesamt: 530 g	
	Gesamt: 4788 g	
Am Körper:	Modell:	Gewicht:
Helm	Pro-Tec	
Brille	Uvex	

Buff	Four Seasons	25 g
Langfingerhandschuhe	Fox	
Langarmtrickot	Rockrider	
T-Shirt	Icebreaker	170 g
Unterhose	Noname	
Radhose	Aldi	
3/4 Shorts	KA	
Socken	KA	
Schuhe	Shimano	
Knieprotektor	YT	

Am Bike:	Gesamt: g	
Satteltasche	Deuter	
1 Schlauch	Maxxis	175 g
1 Flickzeug	TipTop	25 g
1 Pumpe	Airbone	76 g
2 Reifenheber	Schwalbe	45 g
1 Öl	60 ml	80 g
1 Tape	KA	60 g
1 Bike Tool	Mini 18+	180 g
2 Kettenschlösser	Sram	8 g
5 Kabelbinder		10 g
Lappen		50 g
Schaltauge		20 g
Bremsbeläge	CoolStop	40 g
Schloss		120 g
Flasche	Gefüllt ;-)	1100g
	Gesamt: 1989 g	