

Pflichtausrüstung

	K104	K46	K19	H19
Mobiltelefon (mit gespeicherter Notfallnummer)	x	x	x	x
Rucksack oder Laufweste	x	x		
Regenjacke mit Kapuze	x	x		
Stirnband oder Mütze	x	x		
Stirnlampe mit Ersatzbatterie	x	x		
Flasche/Beutel für 1 Liter Getränk	x	x		
Ersatzgetränk 0.5 Liter	x			
Trinkbecher	x	x	x	x
Zwischenverpflegung	x	x		
Rettungsdecke (mind. 1.40 x 2.00m)	x			
Elastische Binde für einen Notverband	x			