

Ausrüstung die erfahrene Waldkinder-Eltern empfehlen !!

Kleidung:

Bequeme Kleidung in mehreren Schichten – die Zwiebelschicht!

Für Frühling, Sommer, Herbst:

- **Langärmliges** oder kurzärmliges Oberteil
- **Regenjacke mit Fleecejacke** (*3-in-1-Jacke v. Vaude - Ausrüster oder Jako-o*)
Softshelljacke mit o. ohne Ärmel (*Engelbert Strauß*)
- **lange, leichte Stoffhose** (*Engelbert Strauss*)
mit Karottenschnitt, zum Socken über die Hose ziehen wg. Zecken oder Leggings
- **Kopfbedeckung** z. B. Sonnenhut, Baseball-Cape oder Schlauchtuch
- **Feste knöchelhohe, wasserdichte Trekkingschuhe** (*Meindl, Jack Wolfskin, Kamik, Ausrüster*)
- **längere Socken** zum über die Hose ziehen wg. Zecken

Für Regentage:

- **Matschhose** ohne Hosenträger, in der Übergangszeit gefüttert (*Vaude, H&M, Pinokids, Ausrüster*)
- **Gute regendichte Jacke** (wie oben) (*3-in-1-Jacke von Vaude - Ausrüster oder Jako-o*)
- **Gummistiefel** bei Dauerregen gefüttert oder wasserdichte Trekkingschuhe (*Viking*)
- **Regendichte Kopfbedeckung** oder Jacke mit großer Kapuze, damit nichts in den Nacken laufen kann (wie oben) (*3-in-1-Jacke von Vaude - Ausrüster oder Jako-o*)
- **Matschhandschuhe** - gefüttert oder ungefütert (*Ausrüster in Wörth,*)

Für Winter:

- **Schneehose oder gefütterte Buddelhose** (*H&M, Jako-o*) ohne Hosenträger und kein Overall
- **warmer Anorak oder gefütterte Buddeljack** (*3-in-1-Jacke von Vaude-Ausrüster*)
- **dicke, warme Stiefel** mit herausnehmbaren Innenschuh (*z. B von Meindl*)
- **dicke Wollsocken oder 2 Paar warme Socken**
- **warme Unterwäsche** die auch beim Schwitzen die Haut warm hält (*Globetrotter, Jako-o*)
- **warme Mütze** evtl. mit Gesichtsschutz und fester Sitz an den Ohren
- Schlauchtuch aus Fleece oder Wolle (*Jako-o*) praktischer als Schal - kein dicker Knoten vorm Kinn
- **warme Handschuhe aus Fleece** (*Jako-o*) und darüber gefütterte Matschhandschuhe oder **Fäustlinge** (*Jako-o*) (mit langem Schaft – um Handschuhe über die Jacke zu ziehen), **Ersatzhandschuhe** und für die Brotzeit **dünne Handschuhe** im Rucksack

Rucksack:

- der **Rucksack** sollte mit und ohne Anorak gut sitzen (Schulterpolster) und bequem zu tragen sein. Die Träger sollten vor der Brust mit einem Griff zusammen gehalten werden können.
(Waldfuchs von Deuter)

Inhalt:

- Brotzeit mit gesunder, nahrhafter Brotzeit – belegtes Brot, Gemüse, Obst im Winter Trockenfrüchte oder Nüsse; keine Süßigkeiten bzw. süße Brotaufstriche wegen Wespen...
Brotzeit muss leicht mit der Hand zu Essen sein, kein Joghurt
- Getränk im Winter warmen Tee, warme Saftschorle... in einer bruch- und insektensicheren Isolierflasche *(Alfi)*
- *Taschentücher*

Bitte beachten:

- alle Kleidungsstücke mit Namen versehen und nach dem Waschen kontrollieren, ob der Name noch zu lesen ist
- bei Winterstiefeln täglich den Innenschuh bzw. Einlegesohle zum Trocknen herausnehmen. In feuchten Schuhen werden die Füße schneller kalt.
- die Winterstiefeln sollen so groß sein, dass der Fuß auch mit zwei Paar Socken noch Platz hat. In engen Schuhen fängt man leichter an zu frieren
- bei Regentagen eine Extraschicht darunter ziehen, unter der nassen Jacke kühlt man schnell aus
- bei starker Kälte Gesicht eincremen z. B. mit Vaseline
- bei starker Sonne und Hitze Sonnencreme, Zeckenspray und Mückenschutz verwenden

Nach den Erfahrungen von Waldkinder-Eltern hat die
VAUDE 3-in-1 Jacke schon bis zu 3 Kinder überstanden.
also 1. Wahl von uns -> Vaude Racoon Jacke mit Vaude Kinderhaus Fleece-Innenjacke

H&M und Tchibo sind gut und günstig, aber nix für Kinder die leicht schwitzen,
da die Kleidung nicht atmungsaktiv ist.

www.engelbert-strauss.de

www.vaude.com

www.der-ausruester.de

www.meindl.de

www.jako-o.de

www.globetrotter.de

<http://www.deuter.com/DE/de>

Bei Fragen werden wir Sie gerne beraten !!!