



Alles eingepackt? Mit dieser übersichtlichen Checkliste starten Sie sorgenfrei in Ihre Wanderungen im Salzburger Land. Genießen Sie unbeschwerte Tage in den Kitzbühler Alpen und im Nationalpark Hohe Tauern!

1. BEKLEIDUNG & SCHUHE

- ☐ **Knöchelhohe Wanderschuhe**
Wasserdicht, mit gutem Profil und gut eingelaufen.
- ☐ **Spezielle Wandersocken**
An Fersen und Zehen verstärkt (beugt Blasen vor).
- ☐ **Atmungsaktive Shirts / Unterwäsche**
Mischgewebe oder Merinowolle statt Baumwolle.
- ☐ **Wanderhose**
Kurze, lange oder praktische Zip-off-Hose.
- ☐ **Isolationsschicht (Fleecejacke)**
Fleecepullover oder leichte Isolationsjacke.
- ☐ **Regenschutz (Hardshelljacke)**
Wind- und wasserdicht, ggf. auch eine Regenhose.
- ☐ **Saisonale Extras (Kälte/Sonne)**
Sonnenmütze, Stirnband ODER Mütze & Handschuhe.

2. ORIENTIERUNG & TECHNIK

- ☐ **Wanderkarte der Region**
Erhältlich an unserer Hotelrezeption.
- ☐ **Aufgeladenes Smartphone**
Inklusive installierter Wander-App & Offline-Karten.
- ☐ **Fernglas & Fotoapparat**
Für unvergessliche Augenblicke und Tierbeobachtungen.

3. RUCKSACK & AUSTRÜSTUNG

- ☐ Wanderrucksack (20-30L)
Kostenlos leihbar direkt bei uns im Hotel!
- ☐ Verstellbare Wanderstöcke
Entlasten Gelenke. **Kostenlos leihbar** im Hotel!
- ☐ Sonnenschutz-Set
Sonnenbrille, Sonnencreme (hoher LSF), Lippenchutz.
- ☐ Praktische Outdoor-Helfer
Taschenmesser, Feuerzeug/Streichhölzer, Kugelschreiber.
- ☐ Müllbeutel / Leinentasche
Damit unsere alpine Natur sauber bleibt.

4. PROVIANT & ERSTE HILFE

- ☐ Trinkflasche (mind. 1,5 Liter)
Oder Thermoskanne für warme Getränke an kühlen Tagen.
- ☐ Herzhafte Wanderjause
Gratis-Service: Frisch gepackt von unserem Jauseneck.
- ☐ Erste-Hilfe-Set mit Blasenpflaster
Inkl. Wunddesinfektion, Heftpflaster & Zeckenkarte.
- ☐ Ausweis & Bargeld
Für eine gemütliche Einkehr in den urigen Berghütten.

Rundum-Sorglos-Service im Wanderhotel Kirchner:

Vergessen Sie schweres Gepäck! Bei uns erhalten Sie **Wanderrucksäcke, Teleskopstöcke und Wanderkarten völlig kostenlos im Verleih**. Nutzen Sie außerdem gratis unsere **Gästewäscherei** (inkl. Waschmittel), um Ihre Sportkleidung jederzeit frisch zu halten. Und das Beste: Stellen Sie sich jeden Morgen Ihre persönliche **Wanderjause an unserem Jauseneck** gratis zusammen!