

# Packlisten von Packliste.xyz



## NOTFALLRUCKSACK INCH FLUCHTRUCKSACK PACKLISTE

### INCH Survival Bag – Prepper Survival

Was bedeutet I.N.C.H.?: „I Never Come Home“ (ich komme nie wieder nach Hause)

Bei einem Notfall bzw. bei der Flucht durch eine Katastrophe oder Krise kann es durchaus sein das du nicht mehr in dein Einzugsgebiet zurückkehren kannst. In solch einem Fall solltest du für alle Fälle gewappnet sein, deshalb ist ein gut vorbereiteter Notfall-Rucksack unbezahlbar. Die wichtigsten Dinge sind: „Nahrung, Wasser, Wärme und Hygiene“, mit den richtigen Materialien und Werkzeugen solltest du das gut in den Griff bekommen. Auch das „Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe“ rät zur „Vorsorge für den Katastrophenfall“!

Nutze, nach Möglichkeit, nur die besten Materialien und professionelles Werkzeug für den Notfallrucksack da du diese Notfall-Utensilien vielleicht lange und oft in Gebrauch haben wirst.

Mache dich im **Vorfeld** mit gewünschten Fluchtumgebungen und Fluchtrouten vertraut. Suche im Vorfeld geeignete Unterschlüpfen und Verstecke. Markiere dir Trinkwasserstellen, Unterschlupfmöglichkeiten, Obstbaumfelder und weiteres auf Kartenmaterial und/oder in Navigationsgeräte.

Das „Notfallrucksack / INCH Fluchtrucksack“-Gesamtgewicht sollte bei Erwachsenen nicht mehr als 20% bis 25% des Körpergewichtes entsprechen. Für Kinder liegt die Empfehlung des Rucksack-Gesamtgewichtes bei 10% des Körpergewichtes. Der Fluchtrucksack wird wahrscheinlich aber etwas schwerer werden als die 20%-25%, da doch etwas mehr eingepackt werden muss als in einen Rucksack für mehrtägige Trekkingtouren. Hier ist es Hilfreich wenn du regelmäßig das Tragen dieses schweren Rucksacks trainierst.

Dies bedeutet, so wenig wie möglich einpacken, platzsparend und nur die allerwichtigsten Dinge.

Die „Notfallrucksack / INCH Fluchtrucksack Packliste“ kann je nach Befinden zusammengestrichen werden. Um so trainierter und professioneller du bist, um so weniger Material wirst du benötigen.

## **Ausrüstung:**

### **Transport:**

- \_ Outdoor-Rucksack / Trekking-Rucksack
- \_ kleiner Tagesrucksack
- \_ Regenhülle für Rucksack
- \_ Packbeutel für wasserdichten Transport
- \_ Tüten
- \_ Haltebänder u. Zurrmaterial
- \_ Kompressionsbeutel
- \_ Vakuumbbeutel
- \_ Koppeltaschen / Gürteltaschen
- \_ Rucksackwagen / Wanderwagen / Pilgerwagen  
(für gesundheitlich eingeschränkte Menschen zu empfehlen)
- \_
- \_
- \_

### **Übernachtung / Lager:**

- \_ Zelt für alle 4 Jahreszeiten
- \_ Bodenunterlage / Plane
- \_ Tarp
- \_ Schlafsack für 4 Jahreszeiten
- \_ Schlafsack-Inlett
- \_ Isomatte
- \_ Luftmatratze
- \_ aufblasbares Kissen
- \_ Moskitonetz
- \_ Tarnnetz
- \_
- \_
- \_

## **Trinken:**

- \_ Outdoor Trinkflasche
- \_ faltbarer Wasserkanister
- \_ Outdoor Wasseraufbereiter
- \_ Outdoor-Wasserfilter
- \_
- \_
- \_

## **Küche / Kochen / Grillen:**

- \_ Hobo-Kocher
- \_ Gaskocher mit Kartusche
- \_ Esbit-Not-Klappkocher
- \_ Brennstoffe / Zunder
- \_ Outdoor-Kochgeschirr
- \_ Outdoor-Kochtopf
- \_ Outdoor-Essgeschirr
- \_ Outdoor-Besteck
- \_ Outdoor-Becher
- \_ Dosenöffner
- \_ Feuerschale
- \_
- \_
- \_

## **Kleinzeug / Werkzeug:**

- \_ Outdoor-Messer
- \_ Taschenmesser
- \_ Neck Nife

- \_ Outdoor Axt
- \_ Outdoor Säge
- \_ Outdoor Klappspaten
- \_ kleines leichtes Brecheisen / Kuhfuß
- \_ Outdoor Multifunktionswerkzeug
- \_ Kompass
- \_ Fernglas
- \_ Befestigungsmaterial
- \_ kleine rolle Bindedraht
- \_ Spannleinen / Spannseil
- \_ Karabiner-Haken
- \_ Zelt-Heringe
- \_ Feuerzeug / Sturmfeuerzeug
- \_ Feuerstahl
- \_ Streichhölzer
- \_ Kerzen / Teelichter
- \_ Wanderstab
- \_ Sitzunterlage
- \_ Lappen
- \_ Klebeband / Panzerband / Reparaturtape
- \_ Angel-Utensilien / Angelset
- \_ Abfallbeutel
- \_ Pfefferspray zur Tier-Notabwehr
- \_ Nähzeug
- \_ Sicherheitsnadeln
- \_ Kabelbinder
- \_ Wäscheklammern
- \_ Fackeln
- \_ Notpfeife
- \_ Messerschleifstein
- \_
- \_
- \_

## **Nahrungsmittel:**

- \_ Wasser
- \_ Notrationen
- \_ Gewürze
- \_ Salz
- \_ Pfeffer
- \_ Zucker / Süßungsmittel
- \_ Brühwürfel
- \_ Teebeutel
- \_ Kaffeepulver
- \_ Getränkepulver
- \_ Milchpulver
- \_ Futter für Haustiere
- \_ Energieriegel
- \_ Nussmischung
- \_ Trockenobst
- \_ Reis
- \_ Trockenfleisch
- \_ Nahrungsergänzungsmittel Multivitamin
- \_
- \_
- \_

## **Kleidung:**

*Immer kalte/heiße Klimazonen beachten bei der Kleidungswahl! Professionelle Outdoor-Kleidung hat den Vorteil schnell zu trocknen. Besser mehrere dünne Kleidungsschichten (Zwiebelprinzip) als nur eine dicke Winterkleidung. Durch anlegen bzw. ablegen einzelner Kleidungsschichten kannst du die Körpertemperatur besser regulieren.*

- \_ Outdoor-Schuhe
- \_ leichte Kunststoff-Gartenschuhe
- \_ Outdoor-Jacke
- \_ Outdoor-Hose
- \_ Balaclava / Sturmhaube
- \_ Regenanzug
- \_ Outdoor-Poncho
- \_ Mütze / Hut

- \_ Schal
- \_ Outdoor-Handschuhe
- \_ Ersatz-Hose
- \_ Ersatz-Strümpfe
- \_ Ersatz-Pullover
- \_ Ersatz-Shirt
- \_ Ersatz-Schnürsenkel
- \_ Unterwäsche
- \_ lange Unterwäsche
- \_ Schlafbekleidung
- \_ Badebekleidung
- \_ Gürtel
- \_ Outdoor Gamaschen
- \_
- \_
- \_

## **Technik:**

- \_ Outdoor Smartphone
- \_ GPS / Navigationsgerät
- \_ CB-Funkgerät
- \_ Speicherkarte / SD-Card
- \_ Uhr
- \_ Weltempfänger / Radio mit Dynamo
- \_ Camping-Lampe
- \_ Outdoor Taschenlampe
- \_ Outdoor Stirnlampe
- \_ Ersatz-Batterien
- \_ Ersatz-Akku
- \_ Powerbank
- \_ Outdoor Solar-Ladegerät / Solar-Charger
- \_ USB Universal-Ladekabel
- \_ Panikalarm / Taschenalarm / Schlüsselalarm
- \_ Kopfhörer
- \_

–  
–

## **Hygiene:**

- schnelltrocknendes Reisehandtuch / Outdoor-Handtuch
- Kernseife (biologisch abbaubar)
- Taschentücher
- Feuchttücher
- Toilettenpapier (biologisch abbaubar)
- Zahnbürste
- Zahncreme
- Zahnseide
- Rasierzeug
- Kamm
- Bürste
- Haargummis
- Sonnenschutzcreme
- Waschmittel für Kleidung (biologisch abbaubar)
- Damenhygieneartikel / Binden / Tampons
- Kulturbeutel
- Einmalhandschuhe

–  
–  
–

## **Apotheke:**

*Je nach Reisedauer mehr oder weniger einplanen!*

- Medikamente
- Outdoor Erste-Hilfe-Set
- Outdoor Rettungsdecke
- Blasenpflaster
- Pflaster
- Verbandsmaterial

- \_ Desinfektionsspray
- \_ Insektenschutzspray
- \_ Zeckenpinzette / Zeckenkarte
- \_ Fiebertabletten
- \_ Schmerztabletten
- \_ Durchfalltabletten / Kohletabletten
- \_ Diabetikertasche
- \_ Kälte-Sofort-Kompresse
- \_ Pinzette
- \_ Sprühpflaster
- \_
- \_
- \_

## **Papiere:**

- \_ Kartenmaterial / Landkarten (Papier/App)
- \_ wichtigsten Unterlagen kopieren / scannen auf Speicherstick
- \_ wasserdichte Dokumenten-Hülle
- \_
- \_
- \_

## **Sonstiges:**

- \_ Atemschutzmaske mit Filter
- \_ Ersatzbrille / Ersatz-Kontaktlinen
- \_ Sonnenbrille
- \_ Bargeld / Fremdwährung
- \_ Geldbörse / Portmonee
- \_ Notfall-Telefonnummern
- \_ Buch - Pflanzliche Notnahrung
- \_ Buch - Tierische Notnahrung
- \_ Schreibzeug / Eddingstift



- \_ Vorhängeschloss
- \_ Oropax
- \_ Imprägnierspray
- \_ Schlafbrille
- \_ Handfeger
- \_ Zigaretten
- \_ Camping-Aschenbecher
- \_ Bengalfackeln oder Magnesiumfackeln
- \_ Schusswaffe zur Selbstverteidigung (falls Waffenschein vorhanden)
- \_
- \_
- \_