

Packliste für die Shikoku Pilgerwanderung (Frühling/Herbst)

Rucksack

- Deuter 34 Liter mit Regenhülle
- Plastiksack für Rucksack Innen

Kleidung

- Straßenlaufschuhe GTX
- Schuheinlagen, stoßdämpfend
- 3 Paar Wandersocken doppelagig
- 2 Wanderhosen
- 1 Gürtel
- 1 Wanderhemd
- 1 Merino-Shirt lang
- 1 Merino-Shirt kurz
- 2 Unterhosen kurz
- 1 Unterhose lang
- 2 Multifunktionstücher, Bandanas
- Sonnenhut (mit UV-Schutz)
- Regenjacke

Dokumente

- Reisepass
- Kreditkarte
- Bankkarte
- wasserdichter Beutel für Dokumente

Technik

- Smartphone
- Tablet
- Kompaktkamera
- Kameratasche
- Speicherkarten incl. Case
- Ersatzakku
- USB-Stecker mit japanischem Adapter
- Ladekabel
- wasserdichte Beutel für Technik
- Stirnlampe mit Batterien

Kulturtasche

- Zahnbürste
- Zahnpasta, kleine Tube
- Rasierer und Klingen
- Rasierschaum
- Sonnencreme
- Salbe für Fußpflege, kleine Tube
- Heilsalbe, kleine Tube
- persönliche Medikamente
- Schmerzmittel, Aspirin
- Tabletten gegen Halsschmerzen
- Desinfektionsmittel
- Blasenpflaster
- Pflaster

Verschiedenes

- Shikoku Japan 88 Route Guide
- Lesebrille
- Brillenetui
- Sonnenbrille
- Portemonnaie
- Feuerzeug
- Messer, klein für Obst
- Schere
- Sicherheitsnadeln
- Postkarten (Souvenir)
- Mikrofaser-Handtuch klein
- Schreibstift

Pilgerausstattung

- Pilgerstab, kongōzue
- Pilgerweste, ärmellos
- Pilgerbuch, nōkyōchō
- Votivzettel, osamefuda, 1 Block
- Räucherstäbchen, 1 Paket
- Kerzen, 1 Paket