

Packliste LIFESTYLE Powermarsch

- Geeignetes Schuhwerk (Wanderschuhe / Treckingschuhe) Bitte keine neuen Schuhe tragen.
- Ersatzsocken
- Blasenpflaster
- Regenjacke und / oder Regenschirm
- Mütze oder Kappe
- Wasserflaschen. Bei der 50 Km Strecke mindestens 2 Stück (**Pflicht!**)
- Handy (**Pflicht!**)
- Taschentücher
- Müllbeutel
- Magnesium
- Satztabletten

