

# pilgerwahnsinn.de



## PACKLISTE FÜR DEN JAKOBSWEG



[POST@PILGERWAHNSINN.DE](mailto:POST@PILGERWAHNSINN.DE)

PILGERWAHNSINN-MOTIV-  
AUFKLEBER SIND KOSTENFREI  
ERHÄLTlich:

*BITTE SCHICKT HIERFÜR EINEN  
ADRESSIERTEN UND  
FRANKIERTEN RÜCKUMSCHLAG  
(70 CENT-BRIEFMARKE BEI  
VERSAND IN DEUTSCHLAND) AN*

**JÖRG STEINERT  
POSTFACH 311305  
10643 BERLIN**

IHR ERHALTET DANN ZWEI  
AUFKLEBER ALS GESCHENK.  
WENN IHR AUFKLEBER FÜR  
ANDERE MENSCHEN  
MITBESTELLT, FRANKIERT  
BITTE **1,45 EURO** UND GEBT  
DIE ANZAHL DER

## EMPFEHLUNGEN EINES PILGERS, DER AUCH STÄNDIG DAZULERNT:

### Unterwegs:

- Rucksack (ca. 38 Liter, Füllgewicht ohne Wasser ca. 10 kg)
- Regenschutz für Rucksack
- Wasserdichte kleine Säcke (Schutz + Ordnung im Rucksack)
- Smartphone, Ladekabel, Kopfhörer und Powerbank
- Pilgerführer und Pilgerausweis Credencial
- Flugtickets, Personalausweis
- EC- und Kreditkarte, Geld
- Krankenversicherungskarte u. Auslandskrankenversicherung
- Trinkflasche (etwa 1 Liter) und Energie-Essen (z.B. Banane)
- Kugelschreiber
- Stirnlampe (falls man mal sehr früh am Morgen startet)
- 1 Paar Trekkingstöcke (mit extra Gummipuffer)
- Taschenmesser und evtl. Reisebesteck (Gabel-Löffel-Kombi)
- Jakobsweg-Aufnäher (oder Muschel, die allerdings klappert)

### Kleidung:

- Zwei Hosen (eine davon auch für Regen geeignet)
- 3 Kurzarmshirts
- 2 Langarmshirts

BENÖTIGTEN AUFKLEBER AN.  
BEI VERSAND INS AUSLAND  
BETRÄGT DAS PORTO 0,90  
EURO BZW. 3,70 EURO.

BESUCHT MICH GERNE AUF  
[WWW.PILGERWAHNSINN.DE](http://WWW.PILGERWAHNSINN.DE)  
ODER IN DEN SOZIALEN  
MEDIEN.

ÜBER VERBESSERUNGS-  
VORSCHLÄGE PER EMAIL AN  
[POST@PILGERWAHNSINN.DE](mailto:POST@PILGERWAHNSINN.DE)  
FREUE ICH MICH.

**BUEN CAMINO!**

**Euer Pilgerfreund Jörg**

PS: Pilger-Motiv-Shirts findet Ihr  
bei Redbubble unter

<https://www.redbubble.com/de/people/swen-marcel>

- 1-2 warme Fleece-Oberteile
- 3 Funktionsunterhosen
- 3 Paar Wandersocken
- 1 Paar knöchelhohe Wanderschuhe
- 1 Paar leichte Schuhe für abends
- 1 faltbarer Rucksack (für Wertgegenstände abends)
- 1 Paar Badelatschen
- Sonnenbrille und Hut
- bei kalter Jahreszeit: Mütze, Handschuhe und Jacke
- 1 Regenponcho
- 4 Wäscheklammern

#### Körperpflege:

- Shampoo (Konzentrat, auch für Handwäsche der Kleidung)
- Mircofaser-Handtuch
- Reisekamm und kleiner Spiegel
- Zahnbürste und Zahnpasta
- Sonnenmilch (kleine Flasche)
- Medikamente (z.B. Asthmaspray und Schmerzmittel)
- Hirschtalg (für die Fußpflege zur Vermeidung von Blasen)
- Blasenpflaster
- Magnesium-Tabletten
- Nagelpflegeset

#### Übernachtung:

- Schlafsack (ca. 800 g, je nach Jahreszeit dicker)
  - Seiden-Inlay (mit Permethrin behandelt: gegen Bettwanzen)
  - Evtl. Schlafmaske und Ohropax
-