



## Mitbringliste

- **Zelt oder Tarp,**
- **Schlafsack**, dem Wetter entsprechend (lieber zwei Schlechte als einen zu Warmen)
- Mehrzweckdecke, (für mehr Wärme, zum Sammeln von Dingen, zum Verstecken im Wald und vieles mehr...)
- **Isomatte**
- Schreibzeug, am besten ein festes **Notizbuch**
- Bleistift (der schreibt auch, wenn es regnet)
- Taschenlampe
- Messer (am besten mit stehender Klinge oder feststellbar)
- Sitzunterlage
- **Trinkflasche**
- kleiner Tagesrucksack
- Kleidung: dem Wetter und den eigenen Bedürfnissen angepasst, robust, möglichst natürliche Farben, am besten aus Wolle oder Baumwolle, (besser im Umgang mit Feuer als Plastik)  
Sollte erdig und waldig werden dürfen.
- Regensachen, wenn nötig (die sind bekannterweise meist aus Kunststoff)
- Wechselsachen
- Handtuch
- Kulturbeutel (bitte nur mit **biologisch abbaubarer** Seife und Zahnpasta)
- **eine gute Kopfbedeckung**
- wenn nötig Mücken-Zeckenschutz
- **Essgeschirr, Schale, Besteck, Trinkbecher,**
- wenn vorhanden Lieblingsnaturführer, Fernglas,
- Zollstock oder Maßband

*Alkohol oder Bewusstseins verändernde Drogen bleiben zu Hause, technische Geräte dürfen auf das Notwendigste reduziert werden und während der Seminarzeit ausgeschaltet bleiben. **Neugier, Offenheit, Leidenschaft und Abenteuerlust** sind dafür herzlich willkommen.*

