

## **GR11 obsah mého batohu 68l, hmotnost 13-15 kg, podle vody a jídla:**

### Spaní

1. Spacák Sir Joseph – v igelitové velké tašce
2. Karimatka Thermarest Neo Air
3. Gumy na spojení 2 spacáků – nejlepší vychytávka!

### Oblečení

4. Pláštěnka Tatonka
5. Bunda goretex Tilak
6. Péřovka Marmot
7. Mikina dlouhý rukáv Moira
8. Rukavice Odlo
9. Dlouhé kalhoty
10. Kraťasy Salewa
11. 2 funkční trička
12. 1 tílko
13. 2 sportovní podprsenky
14. 5 kalhotky
15. 3 tenké nákrčníky
16. 3 ponožky
17. Legíny na spaní
18. Triko s dlouhým rukávem na spaní
19. Nesmečky
20. Lehké pantofle

### Hygiena

21. Hygienické potřeby (malé balení sprcháč, šampón, kondicionér, prací mýdlo, kartáček, půl balení pasty na zuby, krém Nivea, opalovací krém Daylong 30, pilníček, 3 balení papírové kapesníky, vlhčené ubrousky, asi 1/3 toaletního papíru, turistický ručníček)-vše v igelitovém lehkém pouzdře

### Ostatní

22. 6 dřevěných kolíčků na prádlo
23. 1 PET lahev 1,5l na vodu
24. V plastové lahvičce trochu Jaru a ustříhnutá houbička na nádobí
25. Léky
26. Tablety na čištění vody
27. Doklady (OP, VZP, Alpenverrein, platební karty)-v plastovém pouzdře
28. Peníze
29. Vytisknutý plán cesty+rezervace
30. Mobil+nabíječka
31. Powerbanka+nabíjecí kabel
32. Čelovka
33. Trekové hole Leki
34. 1 ešus 1l Pinguin
35. Hliníková lžice

## Jídlo

- 36. 4 namazané kaiserky-na cestu
- 37. 2 Tavellunch jídlo
- 38. 5 hroznový cukr
- 39. 4 čínské polévky
- 40. 20 tablet BCAA

Stan MSR a vaření nesl Jirka.