



72h-Tasche – Klassischer Bug-Out-Bag

Für eine Evakuierung oder Isolation von bis zu 3 Tagen. Fokus: Überleben und Orientierung.

Packliste:

- ☐ Trinkwasser (mind. 3 Liter) oder Filter/Entkeimer
- ☐ Nahrung für 3 Tage (z. B. Trekkingnahrung, Notrationen)
- ☐ Kocher (Gas/Spiritus) + Topf
- ☐ Essbesteck
- ☐ Mehrfaches Feuerzeug/Streichhölzer
- ☐ Schlafsack oder Biwaksack
- ☐ Zelt
- ☐ Kleidung für 3 Tage (funktional, witterungsangepasst)
- ☐ Feste Schuhe
- ☐ Kopfbedeckung
- ☐ Handschuhe
- ☐ Hygiene-Kit (Seife, Klopapier, Zahnbürste, Damenhygiene)
- ☐ Taschenlampe + Ersatzbatterien
- ☐ Erste-Hilfe-Set + persönliche Medikamente

- ☐ FFP2-Maske / Tuch
- ☐ Messer + Werkzeug
- ☐ Karte + Kompass
- ☐ Signalpfeife / Spiegel
- ☐ Notfallradio
- ☐ Powerbank
- ☐ Dokumente + Notfallkontakte
- ☐ Kleinwerkzeug / Kabelbinder / Panzertape

Notizen: _____
