



Teilnehmerbrief „Rhön-Tour“, Montag, 28.08. bis Sonntag, 03.09.2023

Liebe/r Teilnehmer*in,

du bist bei unserer Aktion „Rhön-Tour“ dabei! Jetzt noch einige Hinweise für dich und deine Eltern:

Unsere Aktion beginnt um 08.00 Uhr am Parkplatz des Bürgerhauses Dörfles-Esbach (Parkstr. 1) und endet dort am Sonntag um ca. 14.00/15.00 Uhr wieder.

Solltet Ihr vorab noch Fragen haben, so sind wir bis zum 11. August noch telefonisch oder per Mail erreichbar. Danach befindet sich das Team der SoGe bis zur Rhön-Tour im Urlaub. Bitte bedenkt, dass wir während des Ferienbetriebs nicht immer gleich antworten können.

Liebe Eltern, tragen Sie bitte selbst dafür Sorge, dass Ihr Kind sicher und unbeschadet zum Treffpunkt als auch wieder nach Hause gelangt. Teilen Sie uns unbedingt mit, wenn Ihr Kind allein nach Hause gehen darf!

Packliste:

- 1 x 40 – 60 Liter Rucksack, mit mehreren Schlaufen und Taschenfächern dran
- 1 x Paar eingelaufene Wanderschuhe (ich bevorzuge knöchelhohe Schuhe, da diese mehr Schutz vor Umknicken, Kratzern und Zecken bieten)
- 1 x Paar Sandalen (zum Lüften der Füße am Abend; es gehen auch Flip Flops)
- 6 x Paar Wandersocken (1 x pro Tag – evtl. noch ein paar Ersatzsocken)
- 1 x Paar Wollsocken (für warme Füße in der Nacht)
- 1 x Outdoor-Hose (robust, möglichst leicht und bequem)
- 1 x Satz Merino-Unterwäsche (bei „Nicht-Merino-Unterwäsche“ empfehle ich 3 - 4 Unterhosen und 2 – 3 Unterhemden – je nach Witterung)
- 2 x Merino T-Shirts (ansonsten 3 - 4 Multifunktions- oder Baumwollshirts etc.)
- 1 x leichten Pulli oder einen Fleece-Zipper (falls das Wetter schlecht werden sollte evtl. auch einen zweiten dickeren Pulli/Fleece-Zipper)
- 1 x Regenponcho (am besten einen, unter den auch ein Rucksack passt)
- 1 x Mütze, die gut am Kopf sitzt und nicht zu dick ist (für tagsüber und nachts)
- 1 x Kappe oder Hut als Kopfbedeckung während des Tages (Sonnenschutz)
- 1 x Neckwarmer/Schlauchschal
- 1 x Badehose (für unsere Schwimm- und Waschaktionen)
- Kompass (nur wenn ihr einen habt – wir haben auch noch einen dabei)

- 1 x robuste Isomatte (z. B. von Thermarest)
- 1 x Schlafsack mit Comfortzone von etwa *8 Grad Celsius
- 1 x kleines Kissen
- 1 x Messer – Klingenlänge kleiner als 12 cm – keine Springmesser etc.
- 1 x oder 2 x Flaschen für den Trinkwassertransport – Fassungsvermögen min. 1,5 – 2 Liter insgesamt
- Teller, kleine Schüssel oder Berghaferl (robust), Besteck (Messer, Gabel, Löffel)
- 1 x Tasse (wenn möglich) aus Metall

Sachbearbeiter:
Matthias Mauer

E-Mail:
sozialraumgestaltung@doerfles-esbach.de

Internet:
www.doerfles-esbach.de

Telefon:
(0 95 61) 23 33 – 22

Handy:
01 51 / 65 25 75 26

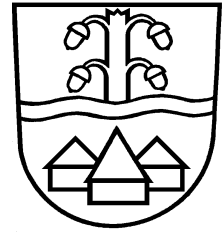
Telefax:
(0 95 61) 23 33 - 10

Dienstgebäude:
Hans-Lotter-Bürgerhaus
Parkstraße 1
96487 Dörfles-Esbach

Gemeinde Dörfles-Esbach

Landkreis Coburg

- Sozialraumgestaltung -



- Kleine Kleidungssäcke (oder einfach kleine Tüten), um gezielt packen zu können (etwa 3 Stück sollten reichen)
- Falls möglich (nicht zwingend) kleiner 1 oder 2 Liter Packsack (wasserdicht)
- Feuerzeug oder Feuerstahl oder Streichhölzer (eines davon solltet ihr dabeihaben)
- Geldbeutel mit Ausweis und Krankenkassenkarte; evtl. Hinweise auf Allergien
- Stirnlampe bzw. Taschenlampe
- Hygieneartikel in kleinen Probiermengen (Shampo und/oder Duschgel – bitte biologische abbaubar, kein Microplastik)
- Zahnpasta und Zahnbürste
- Deodorant!!! Wir wollen uns ja nicht gegenseitig am Geruch erkennen... 😊
- Labello (fettend)
- Sonnencreme mit etwa Lichtschutzfaktor 30
- 1 x Mikrofaserhandtuch groß und 1x Mikrofaserhandtuch klein (herkömmliche Handtücher trocknen bei schlechter Witterung nicht)
- 1 x Beutel/Tüte für Schmutzwäsche
- 4 x Päckchen Taschentücher (bei Allergikern nach Bedarf)
- Ohrenstöpsel gegen Schnarcher und Wildschweine 😊
- Jeder bringt sich selbst eine Rolle Klopapier in einer dichten Plastiktüte mit
- 1 x Insektenabwehrspray (Autan, Anti-Brumm, etc.)
- 1 x Set Blasenpflaster (falls ihr anfällig sein solltet, dann auch gerne mehr)
- 1 x Wunddesinfektionsspray
- Loperamid (gegen Durchfall)
- Ibuprofen 300 (nur falls dringend notwendig)
- Magnesium (pro Tag eine Tablette reicht)
- Bandage falls ihr ein Gelenk habt, das die Unterstützung benötigt
- Medikamente, die ihr von Haus aus benötigt

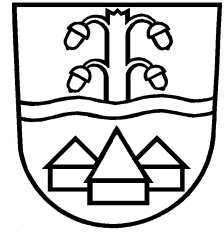
Das bringen wir mit – dass müsst ihr nicht mitbringen:

- 1 x Biwaksack pro Teilnehmer*in
- Ausreichend Tarps
- Trangiakocher und Sicherheitsflaschen mit Brennspritus
- Div. Kochgeschirr
- Verpflegung inkl. Wasser – **ihr müsst euch nur für den ersten Tag selbst verpflegen** (Frühstück, Mittagessen, Snacks, Wasser) – ab dem ersten Abendessen seid ihr über uns komplett gepflegt bis zu unserer Rückankunft
- Gewürze
- Zeckenzange
- 1. Hilfe Ausrüstung (ihr könnt aber gerne auch noch etwas mitbringen, falls ihr möchtet)
- Kleine Säge, Axt
- Smartphone – falls ihr eures mitbringt, so müsst ihr diese tagsüber wie besprochen bei uns abgeben – wir haben unterwegs immer eines dabei und auch eine Telefonliste
- Spülmittel, Abtrockentücher, Spülschwamm, kleine Spülwanne
- Schneidbrettchen
- Müllbeutel
- Geländekarten

Gemeinde Dörfles-Esbach

Landkreis Coburg

- Sozialraumgestaltung -



Was erwartet dich an diesem Tag?

Was an dieser Tour besonders ist?

Habt ihr schonmal in einem Biwaksack ohne Zelt im Wald oder neben Schafen geschlafen? Euer Essen zu zweit oder dritt gemeinsam in einem Sturmkocher zubereitet, um dann eure müden Füße am Feuer zu entspannen? Unterwegs vorbei an Basaltprismen, Badensee und Mooren nach essbarem Ausschau gehalten und dabei den Weg mit der Karte und einem Kompass gefunden?

...und dass alles in der wunderschönen Rhön? Nein? Dachte ich mir. Wenn das alles spannend und nach einem ECHTEN Abenteuer für euch klingt, dann überlegt nicht lange und meldet euch an! Dieses Jahr sind wir sogar einen Tag länger unterwegs, da wir noch eine kleine Überraschung für Euch eingeplant haben... ????

Die Tour ist für Jungen UND Mädchen!

Wir freuen uns auf eine aufregende Woche mit dir, dein SoGe-Team Matze, Julia und Jessi.